श्रीनाथस्वरोदय.

પ્રગટ કરનાર,

ગોવિંદજી દુલાભાઈ લાખાણી.

પોરબંદર.

॥ ॐ ॥

॥ श्रीसद्गुरुर्विजयतेतराम् ॥

॥ श्रीनाथस्वरोदय ॥

પ્રકટ કરનાર,

ગોવિંદજી ડાહ્યાભાઈ લાખાણી.

વકીલ, પોરબંદર.

"यथा वा अरा नाभौ समर्पिता एवमस्मिन्
प्राणे सर्वं समर्पितम् ॥"

"प्राण एव परं मित्रं प्राण एव परः सखा ।
प्राणतुल्योऽपरो बंधुर्नास्ति नास्ति वरानने ॥"

દ્વિતીય આવૃત્તિ.

શાકે ૧૮૧૯. સંવત્ ૧૯૫૩. ઈ. સ. ૧૮૯૭.

મૂલ્ય રૂ. ૦-૪-૦

☞ વિક્રય કરનાર આનંદજી વહાલજી વકીલ.

પોરબંદર, કાઠિઆવાડ.

અમદાવાદ

ધી યુનિયન પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ કંપની લિમિટેડ.

॥ ૐ ॥

ભૂમિકા.

પ્રાણિમાત્રની ઇચ્છા દુઃખની નિવૃત્તિભણી ને અખંડ પરમાનંદની પ્રાપ્તિભણી છે. પરંતુ વાસ્તવિક ઉપાયના અજ્ઞાનથી કિંવા યથાયોગ્ય પ્રવૃત્તિના અભાવથી ઘણાં પ્રાણિઓની તે ઇચ્છા ફલિભૂત થતી નથી. કોઈ પણ પ્રાકૃત પદાર્થના લાભથી પ્રાણીને દુઃખોની આત્યંતિકનિવૃત્તિ તથા પરમાનંદની નિત્યપ્રાપ્તિ થયી શકતી નથી, નિત્ય ને અવિકારી વસ્તુના લાભથી જ તેની પ્રાપ્તિ થવી સંભવેછે. તે અવિકારી નિત્યવસ્તુ સર્વાંતરતમ સર્વાધિષ્ઠાન બ્રહ્મ છે. તે બ્રહ્મમાં પ્રાણ, ચિત્ત કિંવા બિંદુ એ ત્રણમાંથી એકનો લય કરવાથી, એકના લયવડે ત્રણેનો લય થતો હોવાથી, મનુષ્યને અકૃત્રિમ નિરતિશય સુખનો અનુભવ થાયછે. પ્રાણાદિનો બ્રહ્મમાં કેવા પ્રકારે લય કરવો તેવિષે અન્યત્ર વિસ્તારથી દર્શાવ્યુંછે. પ્રાણાયામની દશ ભૂમિકામાં સ્વરોદયજ્ઞાન પ્રથમ ભૂમિકા છે. તે સ્વરોદયજ્ઞાનથી પ્રાણાયામની ઉપરની ભૂમિકાનો અધિકાર પ્રાપ્ત થાયછે, તે આ ગ્રંથનો પરમાર્થ ઉપયોગ છે. શરીરનું આરોગ્ય સાચવવાના તથા વ્યવહારને અનુકૂલ અવસ્થામાં રાખવાના નિયમો પણ પ્રવેશક સાધકને પરંપરા ઉપકારક છે. જ્યોતિષ્‌ની સાથે સંબંધ રાખ-

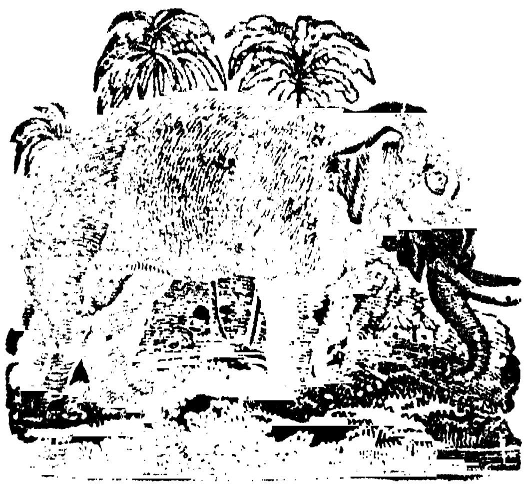
નારા ભવિષ્યજ્ઞાનાદિના વિષયો પણ સ્વરોદયના માહાત્મ્ય સૂચક હોવાથી સાધકમાં શ્રદ્ધા તથા ઉત્સાહ વધારનારા છે, માટે તે પણ પરંપરા ઉપકારક છે.

આ ગ્રંથની પ્રથમાવૃત્તિ કેટલાક સમયથી અપ્રાપ્ત થયી જવાથી અને અભ્યાસીજનોની તે વિષયમાં પુનઃ પુનઃ વિજ્ઞપ્તિઓ આવવાથી આ દ્વિતીય આવૃત્તિ પ્રકટ કરવામાં આવીછે. ઇતિ શિવમ્.



॥ ॐ ॥

અનુક્રમણિકા.



६५७६

॥ ॐ ॥

॥ श्रीमद्गुरुर्विजयतेतराम् ॥

॥ श्रीनाथस्वरोदय. ॥

"ईश्वरो गुरुरात्मेति मूर्तिभेदाद्विभागिने।
व्योमवद्व्याप्तदेहाय दक्षिणामूर्तये नमः॥"

અર્થઃ—શ્રીઈશ્વર, શ્રીગુરુ અને આત્મા એવી રીતે મૂર્તિના ભેદવડે વિભાગને પામેલા અને આકાશની પેઠે વ્યાપક શરીરવાળા શ્રીદક્ષિણામૂર્તિને નમસ્કાર.

યોગવિદ્યામાં પ્રવેશ કરવા ઇચ્છતા સામાન્ય સાધકોના હિતમાટે સ્વરશાસ્ત્રનો આરંભ કરીએછીએ.

સંસ્કૃત તથા દેશભાષામાં કેટલાંક સ્વરશાસ્ત્રો છે, પણ તેમાં તે વિષય વર્તમાનકાલના સાધકોને સ્પષ્ટ સમજાય એવી રીતે નહિ ચર્ચેલો હોવાથી તેવા જિજ્ઞાસુઓની વિજ્ઞપ્તિથી તેમની વૃત્તિને સંતુષ્ટ કરવા આ ગ્રંથ લખાયછે.

અનુબંધનિરૂપણ.

અનુબંધ જાણ્યાપછી વિવેકી પુરુષની ગ્રંથમાં પ્રવૃત્તિ થાયછે, માટે તે અનુબંધનું નિરૂપણ કરીએછીએ.

અધિકારી, સંબંધ, વિષય ને પ્રયોજન એ ચારને અનુબંધ કહેછે. શાંત, પવિત્ર મનવાળો, સદાચારયુક્ત, ગુરુભક્તિમાં તત્પર, દૃઢ મનવાળો ને કૃતજ્ઞ (કરેલા ઉપકારને જાણનાર અથવા માનનાર) એ સ્વરોદયજ્ઞાનના અધિકારી છે. પરસ્પરનો પરસ્પરમાં ઉપયોગ નક્કી કરવામાટે સંબંધની કલ્પના કરેલ છે. જે વસ્તુનો જેમાં સંબંધ છે, તે વસ્તુનો તેમાં ઉપયોગ થાયછે. જેમ કુંભારાદિકનો ઘડાથી સંબંધ છે, માટે તેનો ઘડાવિષે ઉપયોગ થાયછે. આ ગ્રંથનો અને સ્વરવિદ્યાનો પ્રતિપાદકપ્રતિપાદ્યસંબંધ છે. ગ્રંથ સ્વરવિદ્યાને પ્રતિપાદન કરનાર છે, અને સ્વરવિદ્યા પ્રતિપાદન થવાને યોગ્ય છે. સ્વર તથા તેમાં દર્શાતાં તત્ત્વોનું નિરૂપણ કરવું એ આ ગ્રંથનો વિષય છે. સ્વર અને તત્ત્વના જ્ઞાનથી સાધકને પ્રાણાયામાદિનો અધિકાર પ્રાપ્ત થાય એ મુખ્ય પ્રયોજન છે.

સ્વર તથા તત્ત્વોનું સામાન્ય વર્ણન.

આ સૃષ્ટિનો પ્રાદુર્ભાવ કેવી રીતે થયો હશે? વર્તમાનકાલમાં કેવી વ્યવસ્થાથી તે ચાલતી હશે? અને પાછી તે ક્યારે ને કેવી રીતે લય પામતી હશે? ઇત્યાદિ પ્રકારના પ્રશ્નો પ્રત્યેક શોધ કરનાર મનુષ્યના મનમાં સ્વાભાવિક રીતે ઉત્પન્ન થવા સંભવેછે. જે વિદ્યાનું વર્ણન આ ગ્રંથમાં આવનાર છે, તે વિદ્યા જ આ પ્રશ્નોના ઉત્તર આપશે. અમુક સમયસુધી નિયમિત રીતે જે માણસ આ વિદ્યાનો અભ્યાસ કરશે, અને જે જે પ્રયોગ દર્શાવ્યાછે, તે તે પ્રયોગ કરવામાં તે પોતાનો કેટલોક સમય કામે લગાડશે

તો તે માણસના મનમાં તે વિદ્યાની સત્યતાવિષે અને સૃષ્ટિના કેટલાક ગહન નિયમોવિષે કાંઈક વિચાર આવશે. સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ આકાશાદિ પાંચ તત્ત્વોથી થયીછે. તત્ત્વોથી જ તેની સ્થિતિ છે. અને ઉત્પત્તિથી વિપરીત ક્રમે તેનો તત્ત્વોમાં જ લય થશે. પાશ્ચિમાત્યલોકોનાં ત્રેસઠ કિંવા તેથી ઓછાં વધતાં સર્વ સ્થૂલ તત્ત્વોનો આ અપંચીકૃત પાંચ તત્ત્વોમાં સમાસ થયી જાયછે.

આકાશ, વાયુ, તેજસ્, જલ ને પૃથ્વી એ પાંચ તત્ત્વો ચિદાકાશમાં આવિર્ભાવતિરોભાવ પામેછે. અત્યંત સૂક્ષ્મ પરમાણુઓની પ્રસારિત અવસ્થા તે આકાશતત્ત્વ કહેવાયછે. એ પરમાણુસમૂહમાં મધ્યાકર્ષણને લીધે જે ગતિ ઉત્પન્ન થયી તે વાયુ. ગતિ પામેલા પરમાણુઓના પરસ્પરના ઘર્ષણથી ઉષ્ણતા ને પ્રકાશવાળું તેજસ્તત્ત્વ ઉપજ્યું. તેજસ્તત્ત્વનાં જે પરમાણુઓ શીતલ થવા લાગ્યાં તે જલતત્ત્વને આકારે પરિણામ પામ્યાં. એ જલતત્ત્વમાંનાં જે પરમાણુઓ સ્થૂલભાવને પામ્યાં તે પૃથ્વીતત્ત્વરૂપે થયાં. એ પ્રમાણે પરમ તત્ત્વમાંથી આકાશ, આકાશમાંથી વાયુ, વાયુમાંથી તેજસ્, તેજસ્માંથી જલ ને જલમાંથી પૃથ્વી થયેલ છે. એ અપંચીકૃત પાંચે તત્ત્વો એકબીજામાં પરસ્પર મળીને સ્થૂલ પંચીકૃત તત્ત્વો થાયછે. એ સ્થૂલ પંચીકૃત તત્ત્વોમાં પૃથ્વી, જલ ને તેજસ્ એ ત્રણનો દૃષ્ટિથી અનુભવ થાયછે. વાયુનો ત્વચાથી અનુભવ થાયછે, ને આકાશનો બુદ્ધિથી અનુભવ થાયછે. જેમ બ્રહ્માંડમાં પાંચ તત્ત્વો છે તેમ પ્રત્યેક મનુષ્યશરીરમાં પણ પાંચ તત્ત્વો છે.

સ્વરસંબંધીના શાસ્ત્રને સ્વરોદય કહેછે. સ્વરનો એટલે પ્રાણનો, ઉદય એટલે ઉદ્ભવ, એમ સ્વરોદય એ શબ્દનો અર્થ થાયછે. આ વિદ્યા શ્રેષ્ઠ વિદ્યાઓમાંની એક છે. અને તે અભ્યાસીપાસેથી એટલું જ માગેછે કે તેણે શ્વાસના પ્રવાહપર સત્તા મેળવવાને નિયમિત રીતે શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવાનો અભ્યાસ રાખવો. તેના બદલામાં તે વિદ્યા તેને આ લોક પરલોકનું શ્રેષ્ઠ સુખ આપવાનું વચન આપેછે. અભ્યાસના આરંભના કાલમાં વિશેષ પ્રયત્નની અપેક્ષા રહેછે, ને તત્કાલમાં જો કે મોટું ફલ પ્રાપ્ત થતું નથી, તોપણ અભ્યાસીને અભ્યાસના પ્રમાણમાં લાભ થાયછે જ. શાસ્ત્રાદિનું અને સમગ્ર સ્થૂલ વિશ્વનું સામાન્ય મૂલ સ્વરમાં છે. સ્વર એ સર્વ વસ્તુનું જીવન છે. જેવી રીતે સ્ત્રી પતિવિના, ભાષણકર્તા જ્ઞાનવિના, અને શરીર મસ્તિષ્કવિના નકામું છે, તેમ હઠાભ્યાસનો આરંભ કરનાર તથા જ્યોતિષી સ્વરના જ્ઞાનવિના નકામા છે. આ વિશ્વમાં જે કાંઈ ઉત્પન્ન થાયછે, તથા જે કાંઈ સ્થિતિ કરીને રહેછે, અને જે કાંઈ નાશ પામેછે, તે સર્વનો સંબંધ સ્વરસાથે છે. સ્વરની સત્તાથી વેરીનો પરાભવ કરી શકાયછે, અને અધિકાર, દ્રવ્ય, કીર્તિ ને બાહ્ય પદાર્થાદિની અનુકૂલતા એ વગેરે પણ સ્વરથી મેળવી શકાયછે.

સૂર્ય એ આ સૃષ્ટિના પ્રાણનું પોષક સ્થાન છે. સૂર્યનું સુષુમ્ણ નામનું કિરણ આપણા શરીરમાંની સુષુમ્ણાસાથે એકતા પામી આપણા પ્રાણનું પોષણ કરેછે. બહારનાં અનુકૂલ તત્ત્વો તથા ખાધેલા પીધેલા પદાર્થો પણ પ્રાણનું પો-

પણ કરનારા છે. આપણા સ્થૂલશરીરમાં પુષ્કલ પ્રાણવહા નાડીઓ (ગતિતંતુઓ) છે. તેમાં ઇડા, પિંગલા, સુષુમ્ણા, ગાંધારી, હસ્તિજિહ્વા, પૂષા, યશસ્વિની, અલંબુષા, કુહૂ ને શંખિની એ દશ નાડીઓ મુખ્ય છે. એ દશમાં પ્રથમની ત્રણ એટલે ઇડા, પિંગલા ને સુષુમ્ણા એ મુખ્ય છે. ઇડા નાડી શરીરના ડાબા ભાગમાં રહેલ છે. પિંગલા નાડી જમણા ભાગમાં સ્થિત છે. સુષુમ્ણા પૂર્વોક્ત બંને નાડીના મધ્યમાં રહેલી છે. ગાંધારી ડાબા નેત્રમાં ને હસ્તિજિહ્વા જમણા નેત્રમાં રહેલી છે. યશસ્વિની ડાબા કાનમાં ને પૂષા જમણા કાનમાં રહેલી છે. અલંબુષા મુખમાં, કુહૂ લિંગદેશમાં ને શંખિની ગુદસ્થાનમાં રહેલ છે.

સ્થૂલશરીરમાં રહેલી સર્વ પ્રાણવહા નાડીઓમાં પ્રાણતત્વનો વાસ છે. જેમ બ્રહ્માંડમાંના પ્રાણના આવહ, પ્રવહ, ઉદ્‌વહ, પરિવહ, પરાવહ, વિવહ ને સંવહ એ સાત ભેદો સ્થાન તથા ક્રિયાના ભેદથી થાયછે, તેમ શરીરમાંના પ્રાણતત્વના સ્થાનભેદે તથા ક્રિયાભેદે દશ પ્રકાર થાયછે. તે નીચે પ્રમાણેઃ—

નામ.	સ્થાન.	ક્રિયા.
૧ પ્રાણ.	હૃદય.	શ્વાસોચ્છ્વાસ, મતાંતરે ક્ષુધા પિપાસા.
૨ અપાન.	ગુદા.	મલમૂત્રત્યાગ.
૩ સમાન.	નાભી.	ખાધેલપિધેલ અન્નજલને પાચનયોગ્ય સમ કરવાં.
૪ ઉદાન.	કંઠ.	શરીરને ધારણ કરી રાખવું.

		મતાન્તરે શ્વાસોચ્છ્વાસ.
૫ વ્યાન.	શરીરની રક્તવહા-ઓસમીપ.	રક્તને ગતિ આપવી.
૬ નાગ.	નાભીનો ઉપલ્યો ભાગ.	ઓડકાર.
૭ કૂર્મ.	આંખનાં પોપચાં.	આંખ મીંચવી તથા ઊઘાડવી.
૮ કૃકલ.	પકવાશય(હોજરી)નો ઊપરનો ભાગ.	છીંક.
૯ દેવદત્ત.	કંઠનો નીચલ્યો ભાગ.	બગાસાં.
૧૦ ધનંજય	શરીરનાં પાર્થિવ પરમાણુ.	મૃતશરીરને ફૂલાવવું.

ઉપર કહેલા દશ પ્રકારના પ્રાણોમાંથી પહેલા પાંચને મુખ્ય પ્રાણો ને બીજા પાંચને ઉપપ્રાણો કહેછે. એ દશ પ્રાણો જો પોતપોતાનું કામ યથાયોગ્ય કર્યા કરે તો શરીર નીરોગી રહેછે. શરીરમાંની બીજી પ્રાણવહા નાડીઓની ગતિવગેરેનો આધાર ઇડા, પિંગલા ને સુષુમ્ણાની ઉપર રહેલ છે. નાસિકાના ડાબા છિદ્રમાંથી જ્યારે શ્વાસોચ્છ્વાસની ગતિ થતી હોય ત્યારે ઇડા નાડી વહેછે, એમ જાણવું. નાસિકાના જમણા છિદ્રમાંથી જ્યારે શ્વાસોચ્છ્વાસની ગતિ થતી હોય ત્યારે પિંગલા નાડી ગતિમાં છે, એમ જાણવું. ને જ્યારે બંને છિદ્રોમાંથી, શ્વાસોચ્છ્વાસની ગતિ થતી હોય ત્યારે સુષુમ્ણા વહેછે, એમ જાણવુ. એ ત્રણે નાડીઓનું વહન કેવા ક્રમથી થાયછે, તે આગળ દર્શાવવામાં આવશે.

સ્વરસંબંધી વિશેષ વિચાર.

પ્રાણની ગતિ દ્વાદશ આંગળ છે. તેમાં યોગાભ્યાસવડે એક આંગળ ન્યૂન કરવાથી નિષ્કામતા પ્રાપ્ત થાયછે, બે આંગળ ન્યૂન કરવાથી આનંદની પ્રાપ્તિ, ત્રણ આંગળ ન્યૂન કરવાથી કાવ્ય કરવાની શક્તિની પ્રાપ્તિ, ચાર આંગળ ન્યૂન કરવાથી વાચાસિદ્ધિ, પાંચ આંગળ ન્યૂન કરવાથી દૂરદૃષ્ટિ, છ આંગળ ન્યૂન કરવાથી આકાશગમન, સાત આંગળ ન્યૂન કરવાથી પ્રચંડ વેગ, આઠ આંગળ ન્યૂન કરવાથી અષ્ટસિદ્ધિઓની પ્રાપ્તિ, નવ આંગળ ન્યૂન કરવાથી નવનિધિની પ્રાપ્તિ, દશ આંગળ ન્યૂન કરવાથી દશ પ્રકારના સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ, અગિઆર આંગળ ન્યૂન કરવાથી છાયાની નિવૃત્તિ ને દ્વાદશ આંગળ ન્યૂન કરવાથી હંસગતિ ને ગંગામૃતરસનું પાન થાયછે.

ઇડાને ચંદ્રનાડી અને પિંગલાને સૂર્યનાડી કહેછે. પ્રાણની ગતિ જ્યારે ચંદ્રનાડીમાં હોય ત્યારે તેને ચંદ્રસ્વર અને સૂર્યનાડીમાં હોય ત્યારે તેને સૂર્યસ્વર કહેછે. આમ કહેવાનું કારણ એ છે કે ચંદ્રનાડીમાં પ્રાણની ગતિ હોય ત્યારે શરીર શીતલ રહેછે, અને સૂર્યનાડીમાં પ્રાણની ગતિ હોય ત્યારે શરીર ઉષ્ણ રહેછે. ઇડા, પિંગલા ને સુષુમ્ણા એ ત્રણ નાડીઓને ક્રમથી ગંગા, યમુના ને સરસ્વતી પણ કહેવામાં આવેછે.

હકારના જેવા ઉચ્ચારણસહિત પ્રાણ બહાર નીકળેછે, ને સકારના જેવા ઉચ્ચારણથી તે અંતઃપ્રવેશ કરે-

છે. આમ 'હંસ' શબ્દનું ઉચ્ચારણ કરનાર હોવાથી પ્રાણને 'હંસ' એવું નામ આપ્યુંછે. બહાર નીકળતા પ્રાણને શિવ-(સંહારક)રૂપે અને અંતઃપ્રવેશ કરતા પ્રાણને શક્તિ-(પોષણ કરનાર)રૂપે માનેલ છે. સૂર્યચંદ્રમાં પણ સૂર્યને શિવરૂપ ને ચંદ્રને શક્તિરૂપ માનેલ છે.

ચાંદ્રમાસનાં શુકલ ને કૃષ્ણ એમ બે પખવાડીઆં છે, એ પ્રસિદ્ધ વાર્તા છે. શુકલપક્ષમાં ચંદ્રની કલા વૃદ્ધિ પામતી જાયછે, અને કૃષ્ણપક્ષમાં તે ઘટવા માંડેછે. શુકલપક્ષની પ્રતિપદાએ (તે તિથિનો આરંભ થાય ત્યારે) ચંદ્રસ્વરનું વહન હોવું જોયીએ. બીજ ને ત્રીજને દિવસે પણ એમ જ હોવું જોયીએ. પછી ચોથ, પાંચમ ને છઠ્ઠને દિવસે તે સમયમાં સૂર્યસ્વર હોવો જોયીએ. સાતમ, આઠમ ને નોમને દિવસે ચંદ્રસ્વર જોયીએ. દશમ, અગીઆરશ ને બારશને દિવસે તે કાલે સૂર્યસ્વર ને તેરશ, ચૈાદશ ને પૈાર્ણમાસીને દિવસે પૂર્વોક્ત કાલે ચંદ્રસ્વર જોયીએ. એમ ત્રણ ત્રણ દિવસે સ્વર બદલાયછે. કૃષ્ણ-પક્ષમાં શુકલપક્ષથી ઉલટો ક્રમ છે. એટલે કે પ્રથમની ત્રણ તિથિમાં સૂર્યસ્વર, પછીની ત્રણ તિથિમાં ચંદ્રસ્વર, એમ અમાવાસ્યાસુધી પ્રત્યેક ત્રણ દિવસે સ્વર બદલાયા કરેછે. તિથિનો આરંભ સૂર્યોદયના સમયમાં નહિ, પણ પંચાંગમાં તે તે તિથિનો આરંભ જે જે સમયે જણાવ્યો હોય તે તે સમયે થાયછે. પ્રત્યેક સ્વરનું વહન આરોગ્યતાવાળા માણસને અઢી ઘડી એટલે એક કલાકપર્યંત રહેછે. આ પ્રમાણે જે પખવાડીઆમાં ચંદ્રની કલા વધેછે, તે પખવાડીઆની પ-

હેલી તિથિના આરંભમાં ચંદ્રસ્વર ચાલુ થાયછે, ત્યારપછી અઢી ઘડીપછી સૂર્યસ્વર ચાલુ થાયછે, અને તેટલા જ સમયપછી પાછો ચંદ્રસ્વર ચાલુ થાયછે. ચંદ્રસ્વરથી ઉદય થતી સઘળી તિથિઓમાં નિત્ય આ પ્રમાણે ક્રમપૂર્વક સ્વરનું વહન થયા કરેછે. વળી જે પખવાડીઆમાં ચંદ્રની કલા ઘટેછે, તે પખવાડીઆની પહેલી તિથિના આરંભમાં સૂર્યસ્વર ચાલુ થવો જોયીએ. અને પૂર્વોક્ત રીતે અઢી ઘડીએ અને ત્રણ દિવસે બદલાયા કરવો જોયીએ. આ પ્રમાણે માસના સઘળા દિવસો ઇડા ને પિંગલામાં વહેંચાયી ગયાછે. શુકલપક્ષનો સ્વામી ચંદ્ર હોવાથી તેની પ્રતિપદાએ આરંભમાં ચંદ્ર ચાલે અને કૃષ્ણપક્ષનો સ્વામી સૂર્ય હોવાથી તે પ્રતિપદાએ આરંભમાં સૂર્ય ચાલે તો તે પક્ષો સુખરૂપ વ્યતીત થાયછે. જ્યારે સ્વર બદલાયછે, ત્યારે તે સુષુમ્ણામાંથી નીકળેછે, ને તેર શ્વાસોચ્છ્વાસપર્યંત તેનું વહન રહેછે. આમ સ્વાભાવિક રીતે સુષુમ્ણાનું વહન થાયછે, તેવિના બીજા કૃત્રિમ ઉપાયોથી પણ સુષુમ્ણાનું વહન કરાવી શકાયછે. ચંદ્રતિથિમાં ચંદ્રસ્વર ને સૂર્યતિથિમાં સૂર્યસ્વર શરીરમાં પુષ્ટિ કરનારા ને સુખ આપનારા છે. સ્વરની વિપરીતતા થવાથી પીડાકલહાદિ થાયછે.

મંગલ, શનિ અને રવિવારનો સ્વામી સૂર્ય છે. ને ગુરુ, બુધ, સોમ ને શુક્રનો સ્વામી ચંદ્ર છે. અર્થાત્ તે તે દિવસે સૂર્યોદયસમયમાં તે તે સ્વર હોય તો લાભ કરનાર છે.

વૃશ્ચિક, સિંહ, વૃષ ને કુંભ એ ચંદ્રની રાશિ છે. તેઓ ચંદ્રના યોગથી સ્થિર કાર્યમાં લાભકારી છે. કર્ક, મ-

કર, તુલા ને મેષ એ સૂર્યની રાશિ છે. ચર કામમાં સૂર્ય-સાથે તેઓ લાભકારક છે. મિન, મિથુન, ધન ને કન્યા સુષુમ્ણાની રાશિ છે. સુષુમ્ણાસાથે તે રાશિમાં કામ કરવાથી હાનિ થાયછે.

પૂર્વોક્ત રીતે પ્રાણ એક નસકોરામાંથી અઢી ઘડી-સુધી જાઆવ કરેછે. આ અઢી ઘડીમાં પચાશ પલ પૃથ્વીતત્ત્વ, ચાલીશ પલ જલતત્ત્વ, ત્રીશ પલ તેજસ્તત્ત્વ, વીશ પલ વાયુતત્ત્વ, ને દશ પલ આકાશતત્ત્વ, એમ પ્રત્યેક તત્ત્વ પોતાની ગતિ ચલાવેછે. આ પ્રમાણે એક અહોરાત્રમાં એટલે સાઠ ઘડીમાં તેઓ ચોવીશ વેલા પોતપોતાની ગતિ ચલાવેછે. મનુષ્યની આરોગ્યતાવાળી સ્થિતિમાં પ્રત્યેક સ્વરમાં પ્રથમ વાયુતત્ત્વ, પછી અગ્નિતત્ત્વ, પછી પૃથ્વીતત્ત્વ, ત્યારપછી જલતત્ત્વ ને છેલ્લે આકાશતત્ત્વ વહેછે.

અમુક સમયે કયું તત્ત્વ ગતિમાં છે, તે માત્ર ગણિતશાસ્ત્રની ગણત્રીઉપરથી જ નહિ, પણ પ્રત્યક્ષપ્રમાણથી પણ જાણી શકાયછે. આ વાર્તા આ વિદ્યાના અનુભવસિદ્ધ ભાગમાં મોટી અગત્યતા ધરાવેછે. તેનું વિશેષ વર્ણન હવે પછી કરવામાં આવશે.

ચંદ્રસ્વર ચાલતો હોય ત્યારે નીચે દર્શાવેલાં કાર્યોમાંનું કોઈપણ કાર્ય કરવામાં આવે તો તે શુભ ફલદાતા થાયછે:—

દેવલનું ખાતમુહૂર્ત કરવું, દેવની પ્રતિષ્ઠા કરવી, દેવલપર ઇંડું ચડાવવું, ધર્મશાલા વિદ્યાલય મઠ તથા ગુફા

બંધાવવાનો આરંભ કરવો, ઘર મહેલ તથા કિલ્લો બંધાવવાનો આરંભ કરવો, કૂવા તલાવ અથવા ટાંકાં વગેરે જલાશય ખોદાવવાનો આરંભ કરવો, દૂર દેશમાં પ્રવાસે જવું, નવા આશ્રમ અથવા ઘરમાં પ્રથમ રહેવા જવું, વસ્તુઓનો સંગ્રહ કરવો, દાન આપવું, લગ્ન કરવાં, વસ્ત્રાભૂષણ કરાવવાં કિંવા સંઘરવાં, ઔષધ પીવું, દેશાદિનો ઈજારો લેવો, શાન્તિકર્મ કરવું, ગુરુપૂજા કરવી, વિષ ઉતારવું, યોગાભ્યાસ કરવો, બલવર્ધક પદાર્થો ખાવા, કોઈ પણ યોગ્ય કારણમાટે પોતાના ઉપરીનું અથવા શેઠનું દર્શન કરવું, વ્યાપાર કરવો, અન્નનો સંગ્રહ કરવો, વાંચનનો આરંભ કરવો, મિત્રોનો સમાગમ કરવો, દીક્ષા આપવી, મંત્રોપદેશ કરવો, યોગાભ્યાસ શીખવવો, ઘોડા હાથીઓ વગેરે પ્રાણિઓ વેચાતાં લેવાં, તેમનાપર આરોહણ કરવું, પરોપકારનાં કાર્યો કરવાં, દ્રવ્ય વ્યાજે મૂકવું, ખેતી કરવી, કોઈપણ પ્રકારનાં બી વાવવાં, સેવાનો આરંભ કરવો, ઉદ્યાન બનાવવો, રાજા આદિની સાથે મિત્રતા કરવી, નવા રાજાને રાજ્યાભિષેક કરવો, નવા રાજાએ પ્રથમ સિંહાસનપર બેસવું, ગાયન કરતાં નૃત્ય કરતાં તથા વાદિત્ર વગાડતાં શીખવું, કોઈપણ ગ્રામ અથવા નગરમાં પ્રવેશ કરવો, પાણી પીવું, લઘુશંકા કરવી, યાત્રાએ જવું, પશ્ચિમ કિંવા દક્ષિણ દિશાભણી કોઈ પણ શુભ કામમાટે જવું, વ્યાધિની ચિકિત્સા કરવી, ને શારીરિક તથા માનસિક રોગોની નિવૃત્તિમાટે ઔષધસેવન કરવું.

ઉપરનાં કાર્યો કરવાને સમયે જો ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ કિંવા જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો વિશેષ ઉપકારક થાયછે.

જ્વર આવતો હોય ત્યારે ચંદ્રસ્વર અને જલતત્ત્વને ગતિમાં લાવવાં. તેમ કરવાથી ઘણા થોડા સમયમાં જ્વરની નિવૃત્તિ થઈ જાયછે. સ્વર તથા તત્ત્વોનું રૂપાંતર કરવાની કલા આગળ દર્શાવવામાં આવશે.

સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય ત્યારે નીચે દર્શાવેલાં કાર્યો-માંનું કોઈ પણ કાર્ય કરવામાં આવે તો તે કામ ફલદાતા થાયછે:—

કઠિન વિદ્યાનો અભ્યાસ કરવો, મંત્રસાધના કરવી, ક્રૂર દેવનું આરાધન કરવું, અધિકારીને વિજ્ઞાપના (અરજી) આપવી, અરિના વિજયમાટે બીડું લેવું, રોગીને ઔષધ આપવું, વિઘ્નને દૂર કરવા શાન્તિજલ છાંટવું, કઠિન વિદ્યા શીખવવી, વિષ યક્ષ યક્ષિણી વેતાલ અને ભૂત ઉતારવાની ક્રિયા કરવી, સ્રીસમાગમ સેવવો, નૌકા ચલાવવી, નૌકામાં ચઢવું, મૃગયા કરવી, પર્વત કિંવા કિલ્લાપર ચઢવું, પશુઓ વેચવાં, ઇંટ કાષ્ઠ પાષાણ તથા રત્નોને ઘસવાં, ઉંટ તથા પાડા વગેરેપર આરોહણ કરવું, તેવાં પશુ ખરીદવાં, તરતાં શીખવું, ચાલવાનો તથા યંત્રતંત્રનો અભ્યાસ કરવો, વ્યાયામ કરવો, લખતાં તથા ચિત્ર કાઢતાં શીખવું, શત્રુને જિતવાની ઇચ્છા રાખી હાથી ઘોડા તથા બીજાં વાહનોને અસ્રશસ્ર વેચાતાં લેવાં, નવો ચોપડો લખવો, શત્રુને દંડ દેવો, મંદાગ્નિની નિવૃત્તિ કરવી, તલવારથી કે હાથથી લડવું, રાજાએ યુદ્ધ કરવા જવું, શત્રુના ઘરમાં પગ મૂકવો, દૂર દેશના નગરમાં પ્રવેશ કરવો, કરજે દ્રવ્ય આપવું તથા લેવું, પૂર્વ અને ઉત્તરભણીનાં કાર્યો કરવા જવું, સ્નાન

કરવું, ભોજન કરવું, ક્ષૌર કરાવવું, શિરા (ફસ) ખોલાવવી ને શયન કરવું.

જેઓ દિવસે ચંદ્ર ને રાત્રે સૂર્ય ચલાવવાનો અભ્યાસ કરતા હોય તેમણે કાર્યપરત્વે તે તે સ્વર ચલાવી કાર્ય કરવું.

સુષુમ્ણા વહેતી હોય ત્યારે કોઈ પણ સ્થિર અથવા ચર કાર્ય કરવું નહિ. જો કરવામાં આવે તો પ્રત્યેક કાર્યનો પરિણામ પ્રાયશઃ અશુભ આવેછે, એટલે કે તે કાર્ય વિલંબે થાયછે, કિંવા થતું નથી, અથવા અંતે તેમાં કોઈ પણ પ્રકારની હાનિ પહોંચેછે. શ્વાસ જ્યારે એક ક્ષણમાં એક નસકોરામાં અને બીજે ક્ષણે બીજા નસકોરામાં વહેતો હોય ત્યારે તથા નાડી અને તત્ત્વનું સંક્રમણ થતું હોય ત્યારે પણ સ્થિર અથવા ચર એમાંથી ગમે તે કાર્ય કરવામાં આવે તો તેનો પણ ઉપર પ્રમાણે પરિણામ આવેછે. માટે સુષુમ્ણાનું વહન હોય ત્યારે શ્રીઈશ્વરનું ભજન તથા ધ્યાનાદિ કરવાં, કોઈ પણ વ્યાવહારિક કાર્યો કરવાં નહિ.

સૂર્ય અથવા ચંદ્ર એ બેમાંનો જે સ્વર ચાલતો હોય તેભણીનો પગ પ્રથમ આગળ માંડવો. અર્થાત્ ચંદ્રસ્વર ચાલતો હોય તો ચાર ડાબાં પગલાં પ્રથમ ભરવાં, અને સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય તો જમણાં પાંચ પગલાં પ્રથમ ભરવાં. આ પ્રમાણે ડગલાં ભરી જો યાત્રાદિમાં જવું થાય તો સુખપૂર્વક યાત્રાદિ થાયછે.

ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ અને જલતત્ત્વ સારાં છે, અને સૂર્યસ્વરમાં અગ્નિતત્ત્વ તથા વાયુતત્ત્વ સારાં છે, અર્થાત્ કરવાનાં કાર્યને સિદ્ધિ આપનારાં છે.

તત્ત્વોસંબંધી વિશેષ વિચાર.

પૃથ્વીતત્ત્વ અને જલતત્ત્વના સ્વામી ચંદ્ર છે. તેજસ્, વાયુ ને આકાશતત્ત્વના સ્વામી સૂર્ય છે. પ્રત્યેક તત્ત્વનાં પરમાણુઓનો રંગ ભિન્ન ભિન્ન છે. તેમાં આકાશતત્ત્વનો રંગ શ્યામ છે, વાયુતત્ત્વનો રંગ લીલો છે, તેજસ્તત્ત્વનો રંગ રાતો છે, જલતત્ત્વનો રંગ શ્વેત છે, અને પૃથ્વીતત્ત્વનો રંગ પીળો છે.

મંગલવારે સૂર્યોદયસમયે અગ્નિતત્ત્વ, બુધવારે પૃથ્વીતત્ત્વ, ગુરુવારે વાયુતત્ત્વ, શુક્રવારે અગ્નિતત્ત્વ, શનિવારે જલતત્ત્વ, રવિવારે જલતત્ત્વ ને સોમવારે તે કાલે પૃથ્વીતત્ત્વ વહે તો શરીર આરોગ્ય છે એમ જાણવું.

બંને હાથના અંગુઠાથી બંને કાન, તર્જનીઓથી નેત્ર, મધ્યમાઓથી નાસિકા ને અનામિકા તથા કનિષ્ઠિકાથી મુખ યથાશક્તિ દાબી રાખી ચિત્તની વૃત્તિ ભ્રૂકુટીમાં રાખવી. ત્યાં જે રંગનું બિંદુ જણાય તે રંગપરથી તત્ત્વને ઓળખવું. જેમકે પીળા રંગનું બિંદુ હોય તો પૃથ્વીતત્ત્વ ઇત્યાદિ. રંગઉપરથી જે તત્ત્વ જણાયું તે જ તત્ત્વ તે કાલે ગતિમાં છે કે અન્ય તત્ત્વ ગતિમાં છે, તે તત્ત્વની ગતિ તથા આકારપરથી નક્કી કરી લેવું.

રંગોની પેઠે પ્રત્યેક તત્ત્વને પોતાનો આકાર, સ્વાદ, લંબાઈ, ગુણ તથા ગતિ પણ છે. પ્રત્યેક તત્ત્વમાં રહેલા આકારાદિ ધર્મો નીચે પ્રમાણેઃ—

તત્ત્વોના આકારઃ—એક ચળકતું દર્પણ લેવું. અને નાસિકામાંથી સ્વાભાવિક ગતિથી જેવો શ્વાસ નીકળે તેવો

જ તેનાપર પડવા દેવો. શ્વાસ પડવાથી તે દર્પણ ઝાંખું થઈ જશે. તે ઝાંખો થયેલો ભાગ જો ચાર ખૂણાવાળો હોય તો એમ જાણવું કે તે વેલા પૃથ્વીતત્ત્વ ચાલેછે. પૃથ્વીના ગોલ આકારની સાથે આ વાતને કાંઈ લાગતુંવળગતું નથી. આ આકાર પ્રાણતત્ત્વમાંના પૃથ્વીતત્ત્વનો છે. ઉક્ત ભાગ જો અર્ધચંદ્રાકાર હોય તો તે વેલા જલતત્ત્વ ગતિમાં છે, એમ જાણવું. તે ભાગ જો ત્રિકોણાકાર હોય તો તેજસ્તત્ત્વ ગતિમાં છે, એમ સમજવું. જો તે ભાગ ગોલાકાર હોય તો તે વેલા વાયુતત્ત્વ ચાલેછે, એમ જાણવું. ધ્વજાના જેવો આકાર થાય તો પણ વાયુતત્ત્વનું વહન સમજવું. કહેલ ભાગ જો એક કિંવા અનેક બિંદુરૂપ હોય તો આકાશતત્ત્વ ગતિમાં છે, એમ જાણવું.

આ આકારો શીઘ્ર અદૃશ્ય થઈ જાયછે, માટે સાવધાનતાથી ઉતાવળે ઓળખી લેવાનો સ્વભાવ પાડવો જોઈએ.

તત્ત્વોના સ્વાદ:—પૃથ્વીતત્ત્વનો સ્વાદ મધુર છે. જલતત્ત્વનો સ્વાદ તુરો છે. તેજસ્તત્ત્વનો સ્વાદ તીખો છે. વાયુતત્ત્વનો સ્વાદ આમ્લ (ખાટો) છે. ને આકાશતત્ત્વનો સ્વાદ અવ્યક્ત છે. જિહ્વાપર થતી સૂક્ષ્મ અસરથી કિંવા ભક્ષ્ય કે પેય પદાર્થપર કેટલોક સમય ચાલતા સ્વરને પડવા દઈ પછી તે પદાર્થનું આસ્વાદન કરવાથી તત્ત્વના સ્વાદ જાણવામાં આવેછે.

તત્ત્વોની લંબાઈ:—જ્યારે પૃથ્વીતત્ત્વ વહેતું હોય ત્યારે શ્વાસ ગમે તે નસકોરામાંથી જતો આવતો હોય તો પણ નાસિકાથી બહાર બાર આંગળસુધી તેની ગતિ હોયછે.

જ્યારે જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય ત્યારે નાસિકાથી બહાર સોળ આંગળસુધી પ્રાણની ગતિ હોયછે. તેજસ્તત્ત્વ ગતિમાં હોયછે, ત્યારે પ્રાણનું વહન નાસિકાથી બહાર ચાર આંગળસુધી હોયછે. વાયુતત્ત્વ વહેતું હોય ત્યારે પ્રાણની ગતિ નાસિકાથી બહાર આઠ આંગળસુધી હોયછે. અને આકાશતત્ત્વ ચાલતું હોય ત્યારે નાસિકાથી બહાર પ્રાણની ગતિ જણાતી નથી.

તત્ત્વોના ગુણો:—પૃથ્વીતત્ત્વ જડતાવાળું છે. જલતત્ત્વ શીતલ છે. તેજસ્તત્ત્વનો ગુણ ઉષ્ણ છે. વાયુતત્ત્વનો ગુણ નિરંતર ગતિમાં રહેવાનો છે, અને આકાશતત્ત્વ પ્રાયશઃ સ્થિરતાના ગુણવાળું છે. આકાશનો શબ્દ, વાયુના શબ્દસ્પર્શ, તેજસ્‌ના શબ્દ, સ્પર્શ ને રૂપ, જલના શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ ને રસ અને પૃથ્વીના શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધ એ પ્રમાણે પણ ગુણો છે.

તત્ત્વોની ગતિ:—પૃથ્વીતત્ત્વ નાસિકાની મધ્યમાં વહેછે. જલતત્ત્વ નાકના નીચેના ભાગમાં વહેછે. તેજસ્તત્ત્વ નાકના ઉપલ્યા ભાગભણી ચાલેછે. વાયુતત્ત્વ જમણા અથવા ડાબા હાથભણી ત્રાંસું ચાલેછે. આકાશતત્ત્વમાં હમેશાં બંને સ્વર સમ હોઇને ગતિ શૂન્ય હોયછે.

તત્ત્વપરીક્ષા તથા તત્ત્વાભ્યાસ:—તત્ત્વોના પાંચ રંગ ઉપર કહેવામાં આવ્યા તે રંગોની પાંચ ગોળીઓ લેવી. તે ગોળીઓ પોતાની પાસે રાખી આંખો બંધ કરીને તેમાંની કોઈ પણ ગોળી મનમાં ધાર્યાવિના શાન્ત ચિત્તે લેવી. જે તત્ત્વ તે વેલા ગતિમાં હશે તે જ તત્ત્વના રંગની ગોળી તે હોવી જોઈએ. ગોળીનો રંગ જોયાપછી પોતાની આંખ પૂર્વોક્ત

રીતે બંધ કરવી, અને ગોળીનો રંગ જ બંને ભ્રૂના મધ્યભાગમાં દર્શાયછે કે કેમ તે નક્કી કરવું. જો બંને રંગ સ્પષ્ટપણે એક હોય તો તત્ત્વની પરીક્ષા યથાર્થ થયી એમ જાણવું. પરંતુ કોઈ પણ માણસે એમ ન ધારવું કે હું શીઘ્ર જ સાચો ઠરીશ. આરંભમાં એક માસ કિંવા તેથી પણ વધારે સમયસુધી આપણને ત્યાં પ્રતીત થનારા જે રંગો છે, તે ગુંચવણ કરતા જણાશે, અને ગોળીના રંગની સાથે તે રંગ મળતા આવશે નહિ, પરંતુ સાધકે કાંઈ પણ ગભરાટ લાવ્યાવિના પોતાનું કામ કરચે જવું. ધીરે ધીરે ગુંચવણ નિવૃત્ત થયી જશે, અને સાચા રંગો તેને દેખાવા લાગશે. આમ થાય ત્યારે સમજવું કે તેને તત્ત્વને ઓળખવાની રીતિ હાથ આવી ગયીછે. આ કામમાં ચિત્ત એકાગ્ર કરવામાટે આંખને અભ્યાસ પાડવાની અપેક્ષા છે. તેણે પોતાના મિત્રને કોઈ પણ રંગ ધારવામાટે કહેવું. એક શીખાઉને માટે ઉપર જે શ્વેત, કાળો, રાતો, લીલો અને પીળો એવા પાંચ રંગ વર્ણવ્યા તેમાંનો કોઈ પણ રંગ તે હોવો જોયીએ. હવે જો આ મિત્રના મનમાં પ્રથમ જે પુષ્પ આવે તે જો તે ધારે તો તેણે નિઃસંશય માનવું કે તે વેલા જે તત્ત્વ વહેછે, તે તત્ત્વનો રંગ તે પુષ્પનો છે. સાધકે તરત જ પોતાની આંખ બંધ કરવી, તત્ત્વ શોધી કાઢવું, અને પોતાના મિત્રને કહેવું કે તારા પુષ્પનો રંગ અમુક છે. આ તત્ત્વપરીક્ષા હોરામાં (કલાકમાં) માત્ર એક વેલા જ સ્વસ્થ ચિત્તે કરવી. વિશેષ વેલા કરવી નહિ.

વળી જે વેલા પોતાના મિત્રો પોતાની પાસે બેઠા

હોય અને તે વેલા જો વાયુતત્ત્વ ગતિમાં આવે તો તેણે નિઃસંદેહ માનવું કે તેના જે મિત્રો તે વેલા મન અને શરીર એ બંનેની નિયમિત અવસ્થામાં બેઠા હોય તેઓ ત્યાંથી ઊઠી જવા માગતા હશે. આ વાતનો નિશ્ચય કરવાને તેણે તેઓને પૂછવું. અને જો તેઓ નિષ્પક્ષપાતપણે સત્ય કહેનાર હશે તો તેઓ હા કહેશે.

સાધકે ઉપર પ્રમાણે તત્ત્વો શોધી કાઢવાનો અભ્યાસ શનૈઃ શનૈઃ સાવધાનતાથી કરવો. કોઈ પણ રીતે અયોગ્ય ઉતાવળ કરવી નહિ.

જ્યારે પૃથ્વીતત્ત્વ ગતિમાં હોય ત્યારે વિચારપ્રધાન સ્થિર કાર્યો જેવાં ચંદ્રસ્વર વેલા કરવાનાં વર્ણવેલાં છે, તેવાં કરવાં. જ્યારે જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય ત્યારે ચર કર્મો આરંભવાં અને શીઘ્રતાથી પૂરાં કરવાં. જલસંબંધી કાર્યો પણ આ તત્ત્વમાં જ કરવાં. જ્યારે તેજસ્તત્ત્વ વહન કરતું હોય ત્યારે કઠિન–જેને માટે અતિશય પ્રયત્ન કરવો પડે એવાં સંગ્રામાદિક–કામો કરવાં. વાયુતત્ત્વ ચાલતું હોય તો તે માત્ર ઉચ્ચાટનાદિ ક્રૂર કાર્યોમાં ઉપયોગી થાયછે. આકાશતત્ત્વ વહેતું હોય ત્યારે સાધકે પોતાના અભ્યાસવિના બીજું કાંઈ કામ ન કરવું. સૌમ્ય કાર્યમાં ચંદ્રસ્વર ને પૃથ્વીતત્ત્વ જોયીએ. અને ક્રૂર કર્મમાં સૂર્યસ્વર અને અગ્નિતત્ત્વ જોયીએ.

શરીરને સીધું રાખી બેઠા પછી નાસિકાનાં બંને છિદ્રોદ્વારા લુહારની ધમણની પેઠે પ્રાણને લેવો તથા છોડવો. કેટલોક સમય આમ કરવાથી સ્વરના માર્ગ શુદ્ધ થાય-

છે. આમ સ્વરના માર્ગ શુદ્ધ થાય ત્યારે સ્વરનું જ્ઞાન સારી રીતે થાયછે. સ્વરનું જ્ઞાન જેને સારી રીતે થયું હોય તેને જ તત્ત્વનું જ્ઞાન સારી રીતે થાયછે.

દિવસે જ્યારે આકાશ નિર્મલ હોય ત્યારે એક અથવા બે વેલા એકાદ હોરા(કલાક)સુધી આસપાસની બાહ્ય વસ્તુઓઉપરથી બનતે પ્રયત્ને યથાશક્તિ પોતાનું ચિત્ત ઉઠાડી લઈ સ્વસ્થપણે બેસી પોતાની દૃષ્ટિ નીલા રંગના આકાશના કોઈ પણ ભાગઉપર ઠરાવવી. આ વેલા આંખ મીંટ ન મારે તેમ સાવધાનતા રાખવી. આ અભ્યાસ કરવાથી પ્રથમ સામાન્ય પ્રકાશવાળો જલસમૂહ તેના જોવામાં આવશે. ને અભ્યાસની વિશેષ દૃઢતા થવાથી વાતાવરણમાં નાના પ્રકારનાં ગૃહો તથા બીજા પદાર્થો જોવામાં આવશે. આવા દેખાવોમાં સામાન્ય દેખાવોને સ્થલે કેટલીક વેલા ભવિષ્યમાં બનવાના દેખાવો પણ દર્શાયછે.

પાછલી રાત્રે બે વાગ્યાને સુમારે જ્યારે આસપાસ સઘળે શાન્ત હોય અને કોઈ પણ પ્રકારનો કોલાહલ થતો ન હોય ત્યારે નિદ્રાનો ત્યાગ કરી પવિત્ર જલથી આંખો તથા મુખ ધોયી કોગલા કરી હાથપગ ધોયી પવિત્ર સ્થાનમાં પવિત્ર આસનપર અર્ધ પદ્માસન કરી પૂર્વાભિમુખે બેસી દૃષ્ટિ નાસિકાના અગ્ર ભાગપર રાખવી, ને અંતઃકરણની વૃત્તિ પ્રાણવાયુની જે અંતર્બહિર્ગતિ થાયછે, તેપર રાખવી. આમ ધ્યાન કરવાથી પ્રાણના બહાર જવાના સમયમાં જે 'હું' તથા અંતઃપ્રવેશના સમયમાં જે 'સઃ' નો ઉચ્ચાર થાયછે, તે સ્પષ્ટપણે સાંભળવામાં આવેછે. જેમ 'કાક' 'કાક'

ઉચ્ચાર કરનાર પ્રાણીનું નામ કાક (કાગડો) પડેલ છે, તેમ 'હંસ' 'હંસ' એમ સ્વાભાવિક ધ્વનિ કરતા પ્રાણનું નામ હંસ કહેવાયછે. અંતઃકરણ તથા ઇંદ્રિયોને પોતપોતાના વિષયોમાં રાગદ્વેષ છે, પણ પ્રાણ એ રાગદ્વેષવિનાનો હોવાથી નિર્મલ છે, માટે પણ તે હંસ કહેવાયછે.

પૂર્વોક્ત અભ્યાસદ્વારા હંસનું ઉચ્ચારણ સારી રીતે સંભળાયાપછી તત્ત્વાભ્યાસ કરવા માંડવો. અભ્યાસકાલે જે જે તત્ત્વનું વહન થાય તે તે તત્ત્વના બીજમંત્રનો તે કાલે તે સાધકે જપ કરવો. જો તે વેલા પૃથ્વીતત્ત્વ ગતિમાં હશે તો તે ચાર ખૂણાવાળું, પીળા રંગનું, મધુર સ્વાદનું ને વ્યાધિઓને દૂર કરતું જણાશે. તે વેલા સાધકે लं એ બીજમંત્રનો જપ કરવો. જો તે વેલા જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો તે અર્ધ ચંદ્રાકાર, ચળકતું અને ઉષ્ણતા તથા તૃષા નરમ પાડનારું જણાશે. આ તત્ત્વના પ્રભાવથી અભ્યાસીને એવી પણ અસર થશે કે જાણે તે પાણીના મહાસાગરમાં નિમગ્ન થયો હોય. આ વેલા તેણે वं એ બીજમંત્રનો જપ કરવો. તેજસ્તત્ત્વ વહેતું હોય તો તેનો આકાર ત્રિકોણ, પ્રકાશ રાતો, ખાધેલા પીધેલા અન્નાદિ પદાર્થોને પાચન કરનાર ને ઉષ્ણતાવાળું જણાશે. તે વેલા रं એ બીજમંત્રનો જપ કરવો. વાયુતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો તેનો આકાર ગોલ ને રંગ લીલો જણાશે. અને તે તત્ત્વના બલથી તે યોગી જાણે ભૂમિપરથી પક્ષીની પેઠે આકાશમાં ઊડતો હોય એવું તેને ભાન થશે. આ વેલા તેણે यं એ બીજમંત્રનો જપ કરવો. જો તે સમયે આકાશતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો તેની કોઈ પણ

આકૃતિ જણાતી નથી. માત્ર સામાન્ય પ્રકાશ જ જણાય-છે. આ સમયે હં એ બીજમંત્રનો જપ કરવો. આવી રીતે કેટલોક કાલ તત્ત્વાભ્યાસ કરવાથી તે તે તત્ત્વના બીજમંત્રના ૧૦૮ જપથી તે તે તત્ત્વનો પ્રાદુર્ભાવ કરવાનું બલ સાધકને પ્રાપ્ત થાયછે.

ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ વહે ત્યારે અંતઃકરણમાં ધૈર્ય, ઉત્સાહ, પ્રેમ, સુખ, શાંતિ ને પ્રકાશનો અનુભવ થાયછે. જલતત્ત્વ વહે ત્યારે મિત્રમાં પ્રીતિ, સન્માનપ્રાપ્તિ, ક્રીડા, હાસ્ય, મિત્રાગમન ને વિનોદનો અનુભવ થાયછે. અગ્નિ-તત્ત્વ વહે ત્યારે ક્લેશ, હાનિ, ક્રોધ ને સંતાપનો અનુભવ થાયછે. વાયુતત્ત્વ વહે તો પ્રવાસેચ્છા, ક્લેશ, હાનિ, ઉદા-સીનતા ને પ્રીતિભંગનો અનુભવ થાયછે. ને આકાશતત્ત્વ વહે તો શૂન્યપણું, નિરુદ્યમપણું, નિદ્રા, આલસ્ય ને પ્રમા-દનો અનુભવ થાયછે.

સૂર્યસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ વહે ત્યારે અંતઃકરણમાં સુખ, વિનોદ, સજ્જનાગમ, શાન્તિ, ઉદ્વેગનાશ, સ્થિરતા, ઇંદ્રિ-યોની અચંચલતા, સાહસ, રુચિ, પૌરુષ, શીલપણું ને ક્ષમાનો અનુભવ થાયછે. જલતત્ત્વ વહે ત્યારે સંતોષ, શાન્તિ, સહ-નશીલતા, રુચિ, નિષ્કામતા, નિર્વિકારતા, વિવેક, વિચાર, ઉદારતા, દાન, દયા, પ્રીતિ, મિત્રસમાગમ, સત્સંગરુચિ, ત્યાગવિરાગ, સન્માનબાહુલ્ય, ભક્ષભોજનલાભ, નીરોગીપણું, ઉત્સાહ, સજ્જનસમાગમ, ઉદ્યમલાભ, ગુણલાભ, સામાન્ય વિનોદ, વિદ્યાવિનોદ ને વિદ્વજ્જનગોષ્ટિનો અનુભવ થાયછે. અગ્નિતત્ત્વ વહે ત્યારે ઉદ્વેગ, અપ્રીતિ, સંતાપ, દુર્બુદ્ધિ,

અધૈર્યતા, આતુરતા, ક્રૂરતા, કલહ, નિંદા, ક્રોધ, માનભંગ, ગર્વ ને કામાદિનો અનુભવ થાયછે. વાયુતત્ત્વ વહે ત્યારે દુઃખ, સંતાપ, ભ્રમણા, ચલનક્રિયા, શોક, સંશય, વિપરીત ભાવના, અપવિત્રતા, વિવાદ, વિકલતા. જડતા, ભય, કુટિલતા, ક્ષુદ્રતા, મૂર્ખતા, મિથ્યાપ્રલાપ, કટુભાષણ, બીજાને પીડા કરવામાં પ્રીતિ ને બીજાના પદાર્થો હરી લેવાની ઇચ્છાનો અનુભવ થાયછે. અને આકાશતત્ત્વ વહે ત્યારે ઉદ્વેગ, પ્રીતિભંગ, ઉત્સાહભંગ, ભય, મોહ, શોક, સંશય, નિર્દયતા, ઉદાસીનતા, દંભ, મૂઢતા, કુતર્ક, કલહ, રોગોદ્ભવ, સંકટોદ્ભવ ને મૃત્યુભયનો અનુભવ થાયછે.

શરીરમાં અસ્થિ, માંસ, ત્વચા, નાડી ને રોમ એ પાંચ પૃથ્વીતત્ત્વનાં છે. વીર્ય, રક્ત, મજ્જા, મૂત્ર ને લાળ એ પાંચ જલતત્ત્વનાં છે. ક્ષુધા, તૃષા, નિદ્રા, કાંતિ ને આલસ્ય એ પાંચ તેજસ્તત્ત્વનાં છે. દોડવું, ચાલવું, ગ્રંથિરૂપે થવું, સંકોચાવું ને પ્રસારણ એ પાંચ વાયુતત્ત્વનાં છે. રાગ, દ્વેષ, લજ્જા, ભય અને મોહ એ પાંચ આકાશતત્ત્વનાં છે.

જ્યાંસુધી પૃથ્વીતત્ત્વ અને જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય ત્યાંસુધી મનુષ્ય સંપૂર્ણ આરોગ્યતા ભોગવેછે, અને તે તત્ત્વના વહનમાં કરેલાં કાર્યો લાભકારક થાયછે. વાયુતત્ત્વ અને આકાશતત્ત્વ આરોગ્યતામાટે તથા કોઈ પણ શુભ કાર્ય કરવામાટે સારાં નથી.

જુદાં જુદાં તત્ત્વોની બલવાન્ દિશા નીચે પ્રમાણે છેઃ—જલતત્ત્વ પૂર્વમાં, પૃથ્વીતત્ત્વ પશ્ચિમમાં, તેજસ્તત્ત્વ દક્ષિણમાં ને વાયુતત્ત્વ ઉત્તરમાં બલવાન્ છે. આકાશતત્ત્વ સર્વની

મધ્યમાં છે, ને વ્યાવહારિક કાર્યોમાટે નિરુપયોગી છે; માત્ર ધ્યાનાદિમાં ઉપકારક છે.

ચંદ્ર જ્યારે ધનિષ્ઠા, રોહિણી, જ્યેષ્ઠા, અનુરાધા, શ્રવણ, અભિજિત ને ઉત્તરાષાઢા એ નક્ષત્રમાં હોય ત્યારે પૃથ્વીતત્ત્વ શુભ છે. પૂર્વાષાઢા, અશ્લેષા, મૂલ, આર્દ્રા, રેવતી, ઉત્તરાભાદ્રપદ ને શતભિષામાં ચંદ્ર હોય ત્યારે જલતત્ત્વ શુભ છે. ભરણી, કૃતિકા, પુષ્ય, મઘા, પૂર્વાફાલ્ગુની, પૂર્વાભાદ્રપદ ને સ્વાતી એ નક્ષત્રમાં ચંદ્ર હોય ત્યારે તેજસ્તત્ત્વ શુભ છે. અને વિશાખા, ઉત્તરાફાલ્ગુની, હસ્ત, ચિત્રા, પુનર્વસુ, અશ્વિની ને મૃગશીર્ષ એ નક્ષત્રમાં જ્યારે ચંદ્ર હોય ત્યારે વાયુતત્ત્વ શુભ છે.

રોગોનું શમન કરવાના નિયમો.

જ્યારે કાંઈ રોગ થયો હોયછે, ત્યારે જે સમયે જે નસકોરામાંથી શ્વાસ નીકળવો જોયીએ, તે સમયે તેમાંથી નીકળવાને બદલે બીજા નસકોરામાંથી નીકળેછે. અને તે વેલા જે તત્ત્વ ગતિમાં હોવું જોયીએ તેને બદલે બીજું જ તત્ત્વ ગતિમાં હોયછે. માટે તે સ્વર અને તત્ત્વને દૂર કરી જો તે સમયે યોગ્ય સ્વર અને તત્ત્વનો આવિર્ભાવ કરી શકાય તો તે રોગ મટી જાયછે. પરંતુ એવી આશા ન રાખવી કે તે રોગ તરત જ શમી જશે. જો તે રોગે ઘણા દિવસથી ઘર ઘાલ્યું હશે ને વર્તમાનમાં તે ઘણા બલમાં હશે તો તે મનુષ્યને તે રોગની નિવૃત્તિરૂપ જય મળે ત્યાં-

સુધી તેણે પૂર્વોક્ત અભ્યાસરૂપ યુદ્ધમાં ઉમંગથી મંડયા રહેવું જોઇશે. જો લાંબા સમયસુધી એવો અભ્યાસ કરવામાં કંટાળો આવે તો તેણે પોતાના શ્વાસની શક્તિને યોગ્ય ઔષધનું સાહાય્ય આપવું, એટલે સ્વર વેલાસર યોગ્ય સ્થિતિમાં આવી જશે. જે તત્ત્વથી રોગનું શમન થશે એમ જણાય તે તત્ત્વના રંગનું ઔષધ લેવાથી સ્વરને અને તત્ત્વને સારી પુષ્ટિ મળશે. પિત્તના પ્રકોપથી થતા રોગોની નિવૃત્તિ ચંદ્રસ્વરદ્વારા થાયછે, અને વાત અને કફના પ્રકોપથી ઉપજેલા રોગોની નિવૃત્તિ સૂર્યસ્વરદ્વારા થાયછે.

પ્રાણમાં વિક્રિયા થવાથી જ રોગની ઉત્પત્તિ થાયછે. જયાંસુધી પ્રત્યેક તત્ત્વ અને સ્વર યથાયોગ્ય રીતે પોતાનું કામ કરચે જાયછે, ત્યાંસુધી મનુષ્યને કોઈ પણ પ્રકારનો રોગ ઉપજતો નથી.

આરોગ્યતામાટે બહુધા જલતત્ત્વ ને પૃથ્વીતત્ત્વ સારાં છે. જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય ત્યારે નાકની નીચે સોળ આંગળસુધી શ્વાસનો સ્પર્શ લાગેછે. અને પૃથ્વીતત્ત્વ વહેતું હોય ત્યારે બાર આંગળસુધી સ્પર્શ લાગેછે. તેઉપરથી સિદ્ધ થાયછે કે નાકની નીચે ૮, ૪ અને ૦ આંગળસુધી શ્વાસનો સ્પર્શ લાગતી વેલા જેવી આરોગ્યતાવાળું શરીર હોય તેનાકરતાં ઉપરનાં બે તત્ત્વો ગતિમાં હોય ત્યારે શરીર વિશેષ આરોગ્યતાવાળું હોયછે. આરોગ્યતાના સંબંધમાં આકાશતત્ત્વ સૌથી કનિષ્ઠ છે. જયારે કોઈ પણ મનુષ્યને વ્યાધિ થયો હોય ત્યારે જાણવું કે તે વેલા આકાશ, વાયુ કિંવા તેજસ્તત્ત્વ ગતિમાં હશે.

રોગશમનમાટે સ્વરાદિક બાદલવાની આવશ્યકતા પડે તો તે નીચે પ્રમાણેની યુક્તિઓવડે બાદલવા.

સૂર્યભણીનું પડખું ગોઠણથી, તકીઆથી, કુબડીથી કિંવા સૂઇને દબાવવાથી અથવા તે નાડીથી કેટલોક સમય પૂરક કરવાથી કિંવા ઇડાના મૂલને યોગયુક્તિથી બંધ કરવાથી સૂર્યથી સૂર્ય બંધ થાયછે. ચંદ્રમાટે એથી વિપરીત જાણવું. જે સ્વરને બંધ કરવો હોય તે નસકોરામાં કોમલ રુ નાંખી રાખવાથી પણ તે સ્વરનું વહન બંધ થયી બીજો સ્વર વહેવા માંડેછે.

વિપરીત નસકોરાંવાટેથી ખરાં નસકોરાં(ઘણું કરીને ડાબા)માં સ્વરનું વહન લાવ્યાપછી અને તે પાછો બદલાયી ન જાય તેમાટે સામી બાજુએ દાબવામાટે એક તકીઓ રાખી પછી તે માણસે ખાટલાપર અથવા આરામ ખુરસીપર બેસવું, અને પોતાની ડાબી જાંગ ગોઠણના સાંધાથી લગાર ઉપર પાતળા વસ્ત્રથી બાંધવી, તથા પૃથ્વીતત્ત્વની ધારણા રાખી લં મંત્રનો માનસિક જપ કરવો. થોડા સમયમાં (અભ્યાસના અને વ્યાધિના પ્રમાણાનુસાર ન્યૂનાધિક કાલમાં) તેને જણાશે કે તત્ત્વો એક પછી એક એમ અનુક્રમે ફરવા માંડ્યાંછે, ને મન પણ ઉત્તરોત્તર વધારે વધારે શાન્ત થતું જાયછે. જો આવશ્યકતા જણાય તો તેણે તે વસ્ત્ર વધારે તાણીને બાંધવું. અંતે જ્યારે પૃથ્વીતત્ત્વના વહનનો આરંભ થશે, ત્યારે રોગીને પોતાની આરોગ્યતામાં ઘણો જ લાભ થયેલો જ્ઞાત થશે. આમ કરવાથી રોગનો ઘટાડો થયે પછી કેટ-

લોક સમય જલતત્ત્વનું વહન કરાવી પુનઃ પૃથ્વીતત્ત્વનું વહન કરાવવું. આમ કરવાથી અવશ્ય તે રોગની નિવૃત્તિ થયી જશે.

પ્રશ્નવિચાર.

કોઈ પણ માણસ આવીને પ્રશ્ન કરે ત્યારે સ્વરજ્ઞાનીએ જોવું કે તે વેલા કયું તત્ત્વ વહેછે? જો તે વેલા ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો તે પ્રશ્ન કોઈ કંદમૂલવિષે, અથવા વનસ્પતિવિષે કિંવા જે વિષયોમાં પૃથ્વીતત્ત્વ સર્વોત્કૃષ્ટ ગણાયછે, તેમાંના કોઈ વિષયવિષે છે, એમ જાણવું. જો તે સ્વરમાં જલતત્ત્વ વહેતું હોય તો તે પ્રશ્ન આયુષ્ય, જન્મ અથવા મૃત્યુ આદિ વિષે છે, એમ જાણવું. જો તે સ્વરમાં તેજસ્તત્ત્વ ગતિમાં હોય તો તે પ્રશ્ન સોનું, રૂપું, તાંબુ આદિ કોઈ ધાતુવિષે કિંવા કોઈ પ્રકારના લાભહાનિવિષે છે એમ જાણવું. વાયુતત્ત્વ વહેતું હોય તો તે પ્રશ્ન પ્રવાસને માટે છે, એમ જાણવું. અને જો આકાશતત્ત્વ ગતિમાન્ હોય તો વાસ્તવિક રીતે પૂછનાર કાંઈ પણ પ્રશ્ન પૂછવા માગતો નથી, એમ જાણવું. સૂર્યસ્વરમાં પણ તે તે તત્ત્વોથી એ જ ઉત્તર આપવાનું છે. તત્ત્વોનો નિર્ણય ઉત્તમ પ્રકારે થયી શકતો હોય તો પૂછનારને તેના પ્રશ્નનું ઉત્તર વિશેષ સ્પષ્ટતાથી આપી શકાયછે. ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વી કિંવા જલતત્ત્વ વહેતું હોય તો પ્રશ્ન કરનારનું કાર્ય સિદ્ધ થાયછે. તે સ્વરમાં જો તેજસ્, વાયુ ને આકાશ એ તત્ત્વોમાંનું કોઈ તત્ત્વ ચાલતું હોય તો પ્રશ્ન કરનારના

કાર્યની સિદ્ધિ ન થાય. તેમાં અગ્નિતત્ત્વ વહેતું હોય ત્યારે જો કોઈ રાજ્યસંબંધી પૂછે તો રાજ્યમાં ઉત્પાત થશે એમ કહેવું. વૃષ્ટિનું પૂછે તો દુષ્કાલ કહેવો. ને વ્યાપારસંબંધી પૂછે તો હાનિ કહેવી. ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વી અને જલતત્ત્વ હોય તો સ્થિર કાર્યમાં સારાં છે, પણ ચર કાર્યમાં સારાં નથી. ચર કાર્યમાં તો સૂર્યસ્વરમાં અગ્નિ ને વાયુ એ બે તત્ત્વ સારાં છે. માટે ઉત્તર આપતાં એ કાર્ય કયા પ્રકારનું છે, એમ પણ વિચારવું.

ગામ ગયેલો માણસ ક્યારે આવશે? એમ કોઈ પૂછે ત્યારે જો પૃથ્વીતત્ત્વ કિંવા જલતત્ત્વ વહેતું હોય તો કહેવું જે માર્ગે છે. અગ્નિ કિંવા વાયુતત્ત્વ ચાલતું હોય તો કહેવું જે સમીપમાં આવતો જાયછે. અગ્નિતત્ત્વ સંપૂર્ણ બલમાં ચાલતું હોય તો કહેવું જે તે ગામથી બીજે દૂરને ગામ ગયેલ છે. અને વાયુતત્ત્વ વિશેષ બલવાન્ હોય તો કહેવું જે તે ગામ ગયેલા માણસને કાંઈ માનસિક કિંવા શારીરિક વ્યથા છે. આકાશતત્ત્વ વહેતું હોય તો તેનું મૃત્યુ થયાનું જણાયછે, એમ કહેવું. પ્રવાસમાં ગયેલાની સ્થિતિ પૂછે તે કાલે જલ કિંવા પૃથ્વીતત્ત્વ વહેતું હોય તો સુખી છે, એમ કહેવું. ને અગ્નિ કિંવા વાયુતત્ત્વ વહેતું હોય તો દુઃખી છે, એમ કહેવું. આકાશતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો મૃત્યુ થયાનું કહેવું.

આપણી જે નાડી વહેતી હોય તેભણી ઉભા રહી કિંવા સન્મુખ કે ઊર્ધ્વ દિશામાં રહી કોઈ પ્રશ્ન પૂછે તો તેનું કાર્ય સિદ્ધ થશે એમ કહેવું. અને તેથી વિરુદ્ધ દિશાએ ઉભો રહી પ્રશ્ન પૂછે તો તેના કાર્યની અસિદ્ધિ કહેવી.

પ્રશ્ન પૂછનાર સ્વરના પ્રવેશકાલે પ્રશ્ન પૂછે તો કાર્ય થશે એમ જણાવવું, ને સ્વર બહાર નીકળતી વેલા પ્રશ્ન પૂછે તો તેનું કાર્ય નહિ થાય એમ જણાવવું.

પ્રશ્ન કરનાર ચંદ્રનાડીમાં રહીને પૂછે અને આપણે પણ ચંદ્રનાડી વહેતી હોય તો પૂછનારના કાર્યની સિદ્ધિ થશે એમ જાણવું.

આપણને ચંદ્રસ્વર વહેતો હોય ને પ્રશ્ન કરનારે જે પ્રશ્ન પૂછ્યું તેના અક્ષર ગણતાં જો એકી થતા હોય તો તેના કાર્યની સિદ્ધિ જાણવી. વિપરીત હોય તો ફલ પણ વિપરીત જાણવું.

સૌમ્ય કાર્યસંબંધી પ્રશ્ન હોય ને આપણને ચંદ્રસ્વર ચાલતો હોય અથવા ક્રૂર કાર્યસંબંધી પ્રશ્ન હોય ને આપણને સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય તો પૂછનારનું તે કાર્ય સિદ્ધ થશે, એમ જાણવું. પ્રશ્નકાલે શૂન્ય નાડી હોય પણ પછી શીઘ્ર જ પૂર્ણ નાડી ચાલે તો કાર્યની સિદ્ધિ જાણવી.

આપણને સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય તે કાલે જો કોઈ જમણીભણીથી, નીચેથી કે પાછળથી પ્રશ્ન કરે તો તેના કાર્યની સિદ્ધિ જાણવી.

યુદ્ધના પ્રસંગમાં બે સૈન્યમાંથી કયા સૈન્યનો જય થશે? એમ પ્રશ્ન થાય ત્યારે જો પૂર્ણતિથિ એટલે ૫–૧૦–૧૫ હોય ને પ્રશ્નકાલે પૃથ્વીતત્ત્વ હોય તો પૂછનાર જે પક્ષનો હોય તે પક્ષના સૈન્યનો જય થાય, અને રિક્તાતિથિ એટલે ૪–૮–૧૪ હોય ને પ્રશ્નકાલે જલતત્ત્વ હોય તો પર સૈન્યનો જય થાય.

આ યુદ્ધનો શો પરિણામ આવશે ? એમ કોઈ પ્રશ્ન કરે તે કાલે જો ચંદ્રનાડી વહેતી હોય તો યુદ્ધ વધશે એમ જણાવવું. ને સુષુમ્ણાનાડી વહેતી હોય તો કહેવું કે યુદ્ધની મધ્યમ સ્થિતિ રહેશે.

આપણને ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વી કિંવા વાયુતત્ત્વ વહેતાં હોય ને પૂછનારને પણ ચંદ્રસ્વર હોય તો ગર્ભમાં કન્યા છે, અથવા કન્યા અવતરશે, એમ કહેવું. તે કાલે જો પૂછનારને સૂર્યસ્વર વહેતો હોય તો કન્યા અવતરી નાશ પામશે એમ કહેવું.

આપણને જલતત્ત્વસહિત સૂર્યસ્વર વહેતો હોય ને પૂછનારને પણ સૂર્યસ્વર વહેતો હોય તો ગર્ભમાં પુત્ર છે, અથવા પુત્ર અવતરશે એમ કહેવું. પણ પૂછનારને જો ચંદ્રસ્વર વહેતો હોય તો પુત્ર અવતરી નાશ પામશે એમ કહેવું. આપણને તેજસ્તત્ત્વસહિત કિંવા આકાશતત્ત્વસહિત સુષુમ્ણા નાડી વહેતી હોય તે કાલે પૂછનારે જો ગર્ભસંબંધી પ્રશ્ન કર્યો હોય તો ગર્ભનો નાશ થશે અથવા નપુંસક પ્રજા અવતરશે એમ જણાવવું.

પ્રશ્નકાલે ચંદ્ર તથા સૂર્ય બંને સ્વર વહેતા હોય તેમાં ચંદ્ર બલવાન્ હોય તો બે કન્યા અવતરશે એમ કહેવું, ને સૂર્ય બલવાન્ હોય તો બે પુત્ર અવતરશે એમ કહેવું.

પ્રશ્ન કરનાર ફ્રત પ્રથમ શૂન્યાંગમાં આવી પછી પૂર્ણાંગમાં (જે સ્વર ચાલતો હોય તેભણી) આવી બેસે તો જે રોગીના સંબંધમાં તે પૂછેછે, તે રોગી જીવશે. પ્રથમ જ પૂર્ણાંગમાં આવીને બેસે ને પ્રશ્ન કરે તો પણ રોગી જી-

વશે. સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય ત્યારે દૂત આવીને ભયાનક વચન બોલે તો તે રોગી જીવેછે. ચંદ્રસ્વરમાં એમ બને તો સામાન્ય ફલ થાયછે. સ્વરનો અંતઃપ્રવેશ થતી વેલા પૂર્ણાંગમાં રહી દૂત પ્રશ્ન કરે તો રોગી જીવેછે. પૂછતી વેલા પ્રશ્ન કરનાર દૂત નીચેના સ્થાનમાં રહી પૂછતો હોય તો રોગી જીવેછે, ને ઉંચેથી પૂછતો હોય તો રોગી મૃત્યુ પામેછે. આપણને ચંદ્રસ્વર ચાલતો હોય ને પૂછનારને સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય તો રોગીનું મરણ જાણવું. આપણને સૂર્યસ્વર વહેતો હોય ને પૂછનાર વામભાગમાં બેસીને પ્રશ્ન પૂછે તો પણ રોગીનું મરણ જાણવું.

લાલ ભગવાં અથવા કાળાં કપડાં પહેરેલ, તુટેલા દાંતવાળો, મુંડન કરેલો, શરીરપર તેલ ચોપડેલો, હાથમાં દોરડું ભસ્મ અંગારા અગ્નિ ઠીકરાં પાસ કે સાંબેલું લઇને આવેલો, સૂર્યાસ્ત સમયે આવેલો ને રોગી દૂત પૂર્ણાંગમાં બેસી પૂછે તો પણ રોગીનું મરણ જાણવું.

જેમ તત્ત્વની નિરીક્ષા કરવી પડેછે, તેમ જ સ્વરની, પક્ષની, દિવસની, અને પૂછનાર મનુષ્ય પોતાથી કયી દિશાએ છે, તેની પણ નિરીક્ષા કરવી પડેછે. ચંદ્રસ્વર હોય તો તેસાથે શુકલપક્ષ, પડવે બીજ ત્રીજ સાતમ આઠમ નોમ તેરશ ચૈાદશ ને પૂનમ એમાંની કોઈ તિથિ, અને દિશા પશ્ચિમ અથવા દક્ષિણ હોવી જોયીએ. જો આ સઘળી સામગ્રી મળતી આવે તો પૂછનાર માણસ જેની ઇચ્છા રાખેછે, તે તેને મળશે. વળી જો સૂર્યસ્વરસાથે કૃષ્ણપક્ષ, ઉપર કહેલી તિથિઓ, અને દિશા પૂર્વ અથવા ઉત્તર હોય તો

ચર કાર્યસંબંધી પ્રશ્ન કરનારનું કાર્ય સિદ્ધ થાયછે. એમાંની કોઈ સામગ્રી અપૂર્ણ હોય તો કાર્યસિદ્ધિ તેટલે અંશે અપૂર્ણ જાણવી. જો કોઈ જ અનુકૂલ સામગ્રી ન હોય તો કાર્ય નહિ થાય એમ જાણવું. પ્રશ્નકાલે સુષુમ્ણાનું વહન હોય તો તે પણ કાર્યની અસિદ્ધિ સૂચવનાર છે.

વિપરીત તથા અનુકૂલ સ્વરાદિવિષે.

જો દિવસના પ્રારંભમાં વિપરીતસ્વર એટલે ચંદ્રસ્વરને સ્થાને સૂર્યસ્વર અને સૂર્યસ્વરને સ્થાને ચંદ્રસ્વર ચાલે તો તે માણસે જાણવું જે આજે કાંઈક અયોગ્ય પ્રસંગ બનશે. જો ચૈત્ર શુદ્ધિ પ્રતિપદાને દિવસે ચંદ્રસ્વર ન હોય તો જાણવું જે ત્રણ માસમાં કાંઈક માનસિક દુઃખ થશે. બીજને દિવસે એમ બને તો જાણવું જે પરદેશમાં જવું થશે. અને અવશ્ય કાંઈક દ્રવ્યહાનિ થશે. ત્રીજને દિવસે એમ બને તો શરીરમાં પિત્તજ્વરાદિ થશે, અથવા પ્રવાસે જવું થશે. જો ચોથને દિવસે એમ બને તો જાણવું જે નવ માસમાં શરીર પડશે, કિંવા કોઈ ઈષ્ટ પદાર્થનો નાશ થશે. જો પાંચમને દિવસે એમ બને તો તે દેશના રાજાભણીથી કાંઈક દુઃખ થશે, કિંવા રાજ્યનો નાશ થશે. જો છઠ્ઠને દિવસે એમ બને તો વર્ષદિવસમાં ભાઈનું અથવા મિત્રનું મરણ થશે, અથવા પોતાની સર્વ વસ્તુઓનો નાશ થશે. જો સાતમને દિવસે એમ બને તો સ્ત્રીનું મૃત્યુ થશે, કિંવા પોતાને રોગાદિથી દુઃખ થશે. અને જો આઠમને દિવસે એમ બને

તો મૃત્યુકાલ સમીપ આવેછે એમ જાણવું. અન્ય માસમાં વિપરીત સ્વર ચાલવાથી પણ આવાં જ ફલ થાયછે.

આઠ દિવસપર્યંત જો પ્રાતઃકાલ, મધ્યાહ્નકાલ અને સાયંકાલ એ ત્રણે કાલમાં વિપરીત સ્વર ચાલે તો દુષ્ટ ફલ થાયછે, કાંઈ ન્યૂન હોય તો કાંઈક ફલ થાયછે.

શુકલપક્ષની પ્રતિપદાથી પૌર્ણમાસીપર્યંત પ્રાતઃકાલમાં શય્યામાંથી ઊઠતી વેલા ડાબો પગ પ્રથમ ભૂમિપર મૂકી પછી ઉતરવું. ને કૃષ્ણપક્ષમાં શય્યામાંથી ઊઠતાં પ્રથમ જમણો પગ ભૂમિપર મૂકી ઉતરવું. આમ કરવાથી આરોગ્ય સારું રહેછે, તથા વ્યાવહારિક ક્લેશ નિવૃત્ત થાયછે.

કૃષ્ણપક્ષ, સૂર્યસ્વરની તિથિ, સૂર્યસ્વરનો વાર, સૂર્યસ્વર ને અગ્નિતત્ત્વ હોય તે કાલે આપેલો શાપ અને શુકલપક્ષ, ચંદ્રસ્વરની તિથિ, ચંદ્રસ્વરનો વાર, ચંદ્રસ્વર ને પૃથ્વીતત્ત્વ હોય તે કાલે આપેલો આશીર્વાદ ફલદાતા થાયછે.

રાત્રિએ ચંદ્રનાડીને સૂર્યનાડીથી પીવે અર્થાત્ ચંદ્રને રુંધી જો સૂર્યસ્વર ચલાવે તો વીર્યની સ્થિરતા થાયછે.

પ્રાતઃકાલ અને મધ્યાહ્નકાલમાં જો ચંદ્રસ્વર ચાલતો હોય અને સાયંકાલમાં સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય તો નિત્ય જય અને લાભ થાયછે, અને તેથી વિપરીત હોય તો દુઃખ થાયછે.

સૂઇને ઊઠેલો મનુષ્ય પોતાનો જે સ્વર વહેતો હોય તે સ્વરભણીના હાથની હથેલીનો મુખપર સ્પર્શ કરે તો વાંછિત ફલને પામેછે.

બીજાને દેવામાં તથા બીજાથી લેવામાં અને ઘરથી બહાર જવામાં જે અંગનો સ્વર ચાલતો હોય તે જ હાથ-પગથી કાર્ય કરવાથી શુભ ફલ થાયછે.

શ્રીગુરુ, માતા, પિતા, બંધુ, રાજા, મંત્રી અને અન્ય શુભેચ્છકને પૂર્ણાંગમાં રાખી કાર્ય કરે તો મનમાં ધારેલ કાર્યની સિદ્ધિ થાયછે.

દિવસે ચંદ્ર અને રાત્રે સૂર્ય ચલાવવાનો અભ્યાસ કરવાથી આરોગ્યતાનો લાભ થાયછે. એવા અભ્યાસીએ કાર્યાનુસાર નાડીઓનું વહન કરાવવું જોયીએ, એટલે કે સૂર્યસ્વરમાં ભોજન કરી અર્ધ પ્રહર સૂર્યસ્વર ચલાવવો જોયીએ, ને ચંદ્રમાં જલપાન કરો અર્ધ ઘડી ચંદ્રસ્વર ચલાવવો જોયીએ.

જેગમનો સ્વર ન ચાલતો હોય તેભણી શત્રુનાં સૈન્યાદિને રાખી, પોતાનાં સૈન્યાદિ ને પૂર્ણ સ્વરમાં રાખી તથા પોતે પૂર્ણ સ્વરમાં રહી યુદ્ધ કરે તો તે યુદ્ધમાં વિજય પામેછે.

કોઈ નિમિત્તથી અથવા પ્રમાદથી કયો સ્વર ચાલેછે, તે ન જાણી શકાય ત્યારે મનને નિશ્ચલ કરીને એક પુષ્પ ઉપરથી સંમુખ પડતું મૂકવું તે પુષ્પ જે અંગભણી પડે તે અંગનો સ્વર ગતિમાં છે, એમ જાણવું.

જે માણુસ પ્રવાસે જવા નીકળે તેણે ખાલી નસકોરાંભણીનો પગ પ્રથમ ઉપાડીને ચાલવું નહિ, કેમકે તેમ કરવાથી ઈચ્છિત લાભ થતો નથી, માટે ભરેલાં નસકોરાંભણીનો પગ પ્રથમ ઉપાડીને ચાલવું. જો સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય તો જમણા પગથી એકી ડગલાં પ્રથમ ભરવાં, ને ચંદ્રસ્વર ચાલતો હોય તો ડાબા પગથી બેકી પગલાં પ્રથમ ભરવાં.

જો કોઈ મનુષ્ય એવી ઇચ્છા રાખે કે મારો સ્વામી કિંવા શેઠ કે કોઈ અપરિચિત મનુષ્ય અમુક વિષયનું પરિણામ મારા લાભમાં ઉતારે અથવા મારાઉપર કાંઈ કૃપા કરે તો તે કૃપા માગતી વેલા તેણે તેમનાભણી ખાલી નસકોરું આવે એવી રીતે ઉભા રહેવું કિંવા બેસવું. આમ કરશે તો તેને તે કૃપા મળ્યાવિના રહેશે નહિ. પરંતુ સ્મરણમાં રાખવું જોઈએ કે તે કૃપાની યાચના પ્રામાણિકતાવાળી ને સ્વાભાવિક જોઈએ: કેમકે કોઈ પણ સાધકે પોતાના લાભમાટે અન્યને દુઃખ દેવું અને આપસ્વાર્થી કિંવા અધમ થવું એ ન્યાયવિરુદ્ધ છે. જેનો પરાજય કરવો હોય તેને પણ ખાલી નાડીભણી રાખી વિવાદ આરંભ્યો હોય તો તેનો પરાજય કરી શકાયછે.

પોતાનું સ્થાન ત્યજી અન્યત્ર જવામાં ચંદ્રસ્વર લાભકારક છે, અને ત્યાંથી પોતાના ગૃહપ્રતિ પુનરાગમન કરવામાં સૂર્યસ્વર શ્રેષ્ઠ છે.

ચંદ્રસ્વરને જો જલતત્ત્વની સાહાય્ય મળે તો તે શરીરમાં પ્રવેશેલા સ્થાવરજંગમ વિષની નિવૃત્તિ કરવામાં શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે.

જ્યારે કોઈ માણસ દૂરના પ્રદેશમાં યુદ્ધમાટે જાય ત્યારે તેણે ચંદ્રસ્વર ચાલતો હોય તે વેલા નીકળવું. આમ કરશે તો તે જય સંપાદન કરી ઘેર આવશે. પણ જો સમીપના દેશમાં યુદ્ધમાટે જવું હોય તો જ્યારે સૂર્યસ્વર ચાલતો હોય ત્યારે નીકળવાથી જ જયલાભ થાયછે.

ગર્ભવિચાર.

સ્ત્રીને ઋતુપ્રાપ્તિ થયાપછી પાંચમે દિવસે પતિના સમાગમકાલે જો ડાબા નસકોરામાંથી શ્વાસ ચાલતો હોય અને તેના પતિનો શ્વાસ જમણા નસકોરામાંથી ચાલતો હોય તો એમ જાણવું જે ગર્ભ રહેવાથી તેને પુત્રનો જન્મ થશે. તે કાલે સૂર્યસ્વરમાં જો સુષુમ્ણા જોડાય તો તે પુત્ર કોઈ પણ એક અંગવિનાનો કિંવા કુરૂપવાળો અવતરશે, એમજાણવું.

જ્યારે પૃથ્વીતત્વ અથવા જલતત્વ ચાલતું હોય ત્યારે સ્ત્રી ઋતુસ્નાન કરીને ગાયના દૂધમાં શંખવલ્લી પીએ પશ્ચાત્ પતિસમાગમ કરે તો તેને રૂપલાવણ્યયુક્ત બલવાન્ પુત્ર ઉત્પન્ન થાયછે.

પૃથ્વીતત્વમાં ગર્ભ રહે તો ભોગી, ભવ્ય અને ધનવાન્ એવો પુત્ર ઉત્પન્ન થાયછે; જલતત્વમાં ગર્ભ રહે તો ઉપજેલ બાલક ધનવાન્, સુખી અને ઐશ્વર્યવાન્ થાયછે; અગ્નિતત્વમાં ગર્ભ રહે તો ગર્ભનો નાશ થાય કિંવા અવતર્યાપછી તે બાલક અલ્પકાલ જીવે; વાયુતત્વમાં ગર્ભ રહે તો અવતરેલ બાલક દુઃખ ભોગવેછે; અને આકાશતત્વમાં ગર્ભ રહે તો તે ગર્ભ નાશ પામેછે.

પૃથ્વીતત્વમાં ગર્ભ રહે તો પુત્રની ઉત્પત્તિ થાયછે. જલતત્વમાં ગર્ભ રહે તો કન્યાની ઉત્પત્તિ થાયછે. ઇતર તત્વોમાં ગર્ભધાન થાય તો ગર્ભનો નાશ થાયછે. અથવા ઉત્પન્ન થતાં જ મરણને પ્રાપ્ત થાયછે.

સંવત્સરફલવિચાર.

ચૈત્રમાસના અજવાળીઆ પખવાડીઆને પહેલે દિવસે (ચૈત્રશુદ્ધ પ્રતિપદાએ) તિથિના આરંભમાં આવતા વર્ષના પાક આદિની સ્થિતિમાટે નીચે પ્રમાણે નિરીક્ષણ કરી નિર્ણય કરવામાં આવેછે:—

તે વેલા ચંદ્રસ્વરમાં જો તેજસ્તત્ત્વ અથવા આકાશતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો એમ જાણવું જે દેશનો સર્વ પાક સૂકાથી જશે, અથવા દુષ્કાલ પડશે. તે વેલા વાયુતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો તે વર્ષ મધ્યમ પ્રકારનું થશે, એમ જાણવું. અને જો ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ કિંવા જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો પાકની સ્થિતિ ઘણી સારી રહેશે, રાજાપ્રજા સુખી રહેશે અને ભયનાં કારણો નહિ ઉપજે. સૂર્યસ્વરમાં જો એ બેમાંનું એક તત્ત્વ વહે તો વર્ષ મધ્યમ પ્રકારનું જાણવું. તેજસ્તત્ત્વ વહે તો રોગાદિથી તથા દુષ્કાલથી રાજાપ્રજા દુઃખી થાય. વાયુતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો નૃપવિગ્રહ થાય, અને વૃષ્ટિ અલ્પ થાય. તે સમયમાં શ્વાસોચ્છ્વાસ જો સુષુમ્ણામાંથી જા આવ કરતો હોય તો તે બહુ અશુભ ગણાયછે, અર્થાત્ જોનારનું મૃત્યુ થાયછે, દેશનો નાશ થાયછે, રોગનો અત્યંત વધારો થાયછે, અને સર્વ પ્રકારે લોકોને બહુ જ સહન કરવું પડેછે.

સૂર્ય જ્યારે મેષરાશિમાં પ્રવેશ કરે ત્યારે જો ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો દેશની સમૃદ્ધિમાં વધારો થશે, અન્નતૃણાદિનો પાક સારો ઉતરશે, વૃષ્ટિ પુષ્કલ થશે, અને લોકોને સર્વ પ્રકારે સુખની પ્રાપ્તિ થશે. જો તે વેલા

જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો મેઘવૃષ્ટિ પુષ્કલ થાય, અન્ન પુષ્કલ પાકે. પ્રજા સુખી રહે, મનુષ્યોમાં ધર્મબુદ્ધિ વધે, લોકોની પુણ્યદાનમાં અધિક પ્રીતિ રહે, અને રાજા સારા આચરણથી ચાલે. જો અગ્નિતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો અલ્પ વૃષ્ટિ થાય કિંવા દુષ્કાલ પડે, રોગાદિથી પ્રજા બહુ દુઃખી થાય. જો તે વેલા વાયુતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો વાયુનો વેગ પ્રચંડ થશે, વૃષ્ટિ થોડી થશે, તેથી વર્ષ મધ્યમ પ્રકારનું ગણાશે. અને તે સમયમાં જો આકાશતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો અન્નની તથા તૃણની ઉત્પત્તિની આશા જ ન રાખવી.

આવિના માઘશુદ્ધ ૭ તથા વૈશાખશુદ્ધ ૩ ને દિવસ પણ આવતા વર્ષનું સ્વરૂપ જોવાયછે. તે દિવસોએ પ્રાતઃકાલમાં જો ચંદ્રસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ કિંવા જલતત્ત્વ ગતિમાં હોય તો દેશમાંનાં રાજાપ્રજા સુખી થાય. તે સ્વરમાં અન્ય ત્રણ તત્ત્વમાંનું કોઈ તત્ત્વ વહેતું હોય તો કનિષ્ઠ ફલ જાણવું. સૂર્યસ્વરમાં પૃથ્વીતત્ત્વ કિંવા જલતત્ત્વ વહેતું હોય તો મધ્યમ ફલ જાણવું. બાકીનાં ત્રણ તત્ત્વમાંનું કોઈ તત્ત્વ વહેતું હોય તો અશુભ ફલ જાણવું.

પૂર્વોક્ત ચાર પ્રકારના ભાવમાં મેષસંક્રાંતિના ભાવને બલવાન્ જાણવો.

કાલજ્ઞાન.

જે મનુષ્યનો શ્વાસવાયુ અહોરાત્ર એક જ સ્વરમાં વહે તો તેનું આયુસ્ ત્રણ વર્ષનું છે, એમ જાણવું. બે અહોરાત્ર-પર્યંત જે માણસનો શ્વાસવાયુ પિંગલામાં જ વહ્યાં કરે તો તે માણસનું આયુસ્ બે વર્ષનું છે, એમ જાણવું. જેનો

શ્વાસવાયુ ત્રણ અહોરાત્રપર્યંત એક જ નાસાપુટમાં વહે તો તેનું આયુસ્ એક વર્ષનું છે, એમ જાણવું.

જે માણસને રાત્રિમાં ચંદ્રસ્વર અને દિવસમાં સૂર્યસ્વર કેટલાક દિવસપર્યંત વહે તો તેનું છ માસમાં મૃત્યુ થશે, એમ સ્વરજ્ઞો કહેછે.

લગભગ મધ્યાહ્નના સમયમાં કાંસાના પાત્રમાં પાણી ભરી તેમાં પડેલા સૂર્યના પ્રતિબિંબને જોવું. તે પ્રતિબિંબ દક્ષિણ દિશામાં ક્ષીણ દેખાય તો છ માસમાં મૃત્યુ થાય. પશ્ચિમ દિશામાં ક્ષીણ દેખાય તો ત્રણ માસમાં મૃત્યુ થાય. ઉત્તર દિશામાં ક્ષીણ દેખાય તો બે માસમાં મૃત્યુ થાય. પૂર્વમાં ક્ષીણ દેખાય તો એક માસમાં મૃત્યુ થાય, વચમાં છિદ્ર દેખાય તો દશ દિવસમાં મૃત્યુ થાય, અને ધુમ્રથી આચ્છાદિત દેખાય તો તે દિવસે મૃત્યુ થાય એમ વિદ્વાનો કહેછે.

જે પુરુષ ધ્રુવ, આકાશગંગા, કૃતિકા, અરુંધતી, ચંદ્ર, શુક્ર અને અગસ્ત્ય એમાંના કોઈ એકને પણ સ્પષ્ટ ન દેખે તે પુરુષ એક વર્ષથી વિશેષ જીવતો નથી.

જે મનુષ્યને સૂર્યચંદ્રનાં કિરણો દેખાતાં નથી, અને અગ્નિને નિસ્તેજ દેખેછે, એ મનુષ્ય અગીઆર માસથી વિશેષ જીવતો નથી.

જે માણસ સ્વપ્નમાં અથવા જાગ્રદવસ્થામાં વાવમાં મલમૂત્રને તથા સોનારૂપાને જુએ તે દશ માસથી વિશેષ જીવતો નથી.

જે મનુષ્ય ક્વચિત્ તો દીવાને સોનાના જેવા રંગવાળો દેખેછે, અને ક્વચિત્ તો કૃષ્ણવર્ણનો જુએછે, અથવા વિરૂપ પ્રાણિઓને દેખેછે, તે નવ માસથી વિશેષ જીવતો નથી.

સ્થૂલશરીરવાળો સહસા કૃશ થઈ જાય, કૃશશરીરવાળો સહસા સ્થૂલ થઈ જાય, કાળા રંગવાળો સહસા સુવર્ણસમાન કાંતિવાળો થઈ જાય, શૂરવીર ભીરુ થઈ જાય, ધાર્મિક અધાર્મિક થઈ જાય, અને શાંતસ્વભાવવાળો ચંચલસ્વભાવવાળો થઈ જાય તો તે આઠ માસથી વધારે જીવતો નથી.

જે પુરુષની હથેળીમાં અને જીભના મૂલમાં પીડા થાય, લોહી કાળું થઈ જાય, અને જેના શરીરમાં વીંધવા આદિથી પીડા ન જણાય તે સાત માસપર્યંત જીવેછે.

જેની વચલી ત્રણ આંગળી સીધી રહે પણ વાળી શકાય નહિ, રોગવિના જ જેનો કંઠ સૂકાયા કરે, અને વારંવાર જડતાથી પ્રશ્ન કર્યા કરે એવો માણસ છ માસપર્યંત જીવેછે.

જેના સ્તનની ચામડી બહેરી થઈ જાયછે, અને જેને કાંઈ પણ સ્મરણમાં રહેતું નથી, તે પાંચ માસપર્યંત જીવેછે.

જેની આંખોનો પ્રકાશ સહસા નિવૃત્ત થવા માંડે ને બંને નયનમાં પીડા થવા લાગે તે માણસ ચાર માસપર્યંત જીવેછે.

જેના દાંત અને વૃષણ દબાવવાથી પીડા ન થાય તે મનુષ્ય ત્રણ માસપર્યંત જીવેછે.

જે માણસને સોળ દિવસપર્યંત નિરંતર સૂર્ય જ ચાલેછે, તે એક માસમાં મૃત્યુ પામેછે. સોળ દિવસપર્યંત નિરંતર ચંદ્રસ્વર ચાલવાથી પણ એ જ પરિણામ આવેછે.

જેના શરીરમાંથી મલ, મૂત્ર ને વાયુ સમકાલે નીકળેછે, તે મનુષ્ય દશ દિવસમાં મૃત્યુ પામેછે.

ભ્રૂકુટી ન દેખનાર મનુષ્ય નવ દિવસમાં મરે, કાનમાં સાંભળવામાં આવતો નાદ ન સાંભળનાર માણસ સાત દિવ-

સમાં મરે, પ્રતિબિંબમાં નેત્રના તારા (કીકી) ન દેખનાર માણસ પાંચ દિવસમાં મરે, નાસિકા ન દેખનાર ત્રણ દિવસમાં ને જીભ ન દેખનાર એક દિવસમાં મૃત્યુ પામે.

આંગળીઓથી આંખોના ખૂણાને થોડા દબાવી નિરીક્ષણ કરતાં જો બિંદુ ન જણાય તો દશ દિવસમાં મૃત્યુ થાય.

છાયાપુરુષના દર્શનવડે પણ અરિષ્ટ જણાય છે.

છાયાપુરુષ.

પ્રાણવિદ્યાના અભ્યાસીએ કોઈ એકાંતદેશમાં સૂર્યનો અથવા ચૌદશ, પૌર્ણમાસી, વદિ પ્રતિપદા કે વદિ બીજના ચંદ્રનો ઉદય થયાપછી આઠથી દશ ઘડીપર્યંતમાં તેનીભણી પોતાની પીઠ રાખી ઉભા રહેવું. આવી રીતે ઉભા રહેવાથી તેના શરીરનો પડછાયો તેની સંમુખ પડશે. એ પડછાયામાં કંઠના (ગળાના) પડછાયાઉપર તેણે પોતાની દૃષ્ટિ ઠરાવવી, અને 'ॐ ह्रीं परब्रह्मणे नमः॥' એ મંત્રનો ૧૦૮ વાર માનસિકજપ એવી જ સ્થિતિમાં ઉભા રહીને કરવો. ત્યારપછી તેણે આંખો હલાવ્યાવિના જ શીઘ્રતાથી દૃષ્ટિ લંબાવી ઉંચે આકાશમાં સ્થાપી ત્યાં જોયી રહેવું. ત્યાં તેને પોતાના શરીરની વિશાલ છાયા પડેલી જોવામાં આવશે.

જો આકાશમાં પડેલ પૂર્વોક્ત પડછાયાનો રંગ કાળો જણાય તો તે જોનાર મનુષ્ય છ માસમાં મૃત્યુ પામશે, જો તેનો રંગ પીળો જણાય તો તેને કોઈ મહત્ વ્યાધિ થશે, જો તેનો રંગ રાતો જણાય તો તેને ભય ઉત્પન્ન થશે, જો તેનો રંગ નીલો હશે તો તેને કાંઈક હાનિ થશે, ને જો

તેનો રંગ અનેક પ્રકારનો જણાશે તો જોનાર સિદ્ધિ પામશે.

જો તે પડછાયામાં તે માણસને પોતાનો જમણો હાથ ન જણાય તો તેના બંધુનું મૃત્યુ થશે. જો ડાબો હાથ ન જણાય તો તેની સ્ત્રી મરણ પામશે. પગ, ઘુંટી અને પેટ કિંવા બંને હાથ ન દેખાય તો જોનારનું મરણ થશે એમ જાણવું. મસ્તક ન દેખાય તો જોનારનું એક માસમાં મરણ થશે. જો જાંગ અને ખભા ન જણાય તો તે આઠ દિવસમાં મરણ પામશે. છાયાપુરુષનો અભ્યાસ જ્ઞાત છતાં જો તેને છાયાપુરુષ આકાશમાં જણાય જ નહિ તો તેનું મૃત્યુ અતિસમીપ છે, એમ જાણવું.

પ્રાણાયામ.

પ્રાણનો નિરોધ કરવાની ક્રિયાને પ્રાણાયામ કહેછે. આ પ્રક્રિયા અષ્ટાંગયોગનું એક અંગ છે. એનું વિશેષ વર્ણન શ્રીયોગકૌસ્તુભમાં કરેલ છે. અહીં તેસંબંધી માત્ર થોડું વર્ણન પ્રસંગને લઈને કરીએછીએ.

શરીરમાં પ્રાણનો વાસ પ્રાણવહા નાડીઓમાં છે, અને તેનો પ્રવાહ બ્રહ્મરંધ્રમાંથી બરડાની કરોડની મુખ્ય નાડી સુષુમ્ણાદ્વારા શરીરના સર્વ ભાગોમાં પ્રસરેછે. પ્રાણની ગતિ ધીમી પાડી તેને બ્રહ્મરંધ્રમાં નિર્વ્યાપારજેવી સ્થિતિમાં રાખવાનો પ્રયત્ન આ ક્રિયાદ્વારા કરવામાં આવેછે. આ પ્રક્રિયા ઘણી જ ગહન છે. અને તેટલા માટે જ તે શ્રીગુરુસમીપે રહી સિદ્ધ કરવી એમ વારંવાર યોગનિષ્ઠ શિષ્ટ જનોએ કહેલું છે.

નાડીતંત્રને નિયમમાં લાવવાનો ઉદ્યમ કરતા પહેલાં

અભ્યાસીએ આહાર તથા નિદ્રાને નિયમમાં રાખી સિદ્ધાસન કિંવા પદ્માસન સિદ્ધ કરવું જોઈએ. ઉપસ્થના મૂલપર ડાબા પગની પાની રાખી તે પાનીપર જમણા પગની પાની રાખી તેપર ડાબી હથેળીપર જમણી હથેળી રાખી ડોકને યથાશક્તિ નમાવી દૃષ્ટિ ભ્રૂકુટીમાં રાખવી તે સિદ્ધાસન કહેવાયછે. અને જમણા પગના સાથળના મૂલમાં ડાબા પગની પાની ને ડાબા પગના સાથળના મૂલમાં જમણા પગની પાની રાખી વચ્ચે ડાબી હથેળીપર જમણી હથેળી રાખી દૃષ્ટિ નાસાગ્રપર રાખી બેસવું તે પદ્માસન કહેવાયછે. લાંબા સમયસુધી-લગભગ એકાદ પ્રહરસુધી-વિનાશ્રમે સુખથી એ આસને બેસી શકાય એવી રીતે બેમાંથી એક આસનની સિદ્ધિ કરવી જોઈએ. આસન સિદ્ધ થયાવિના પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવાથકી રોગોત્પત્તિ થાયછે. મેદ તથા શ્લેષ્મ જેને અધિક હોય તેવા અભ્યાસીએ જો નેતિ, ધૌતિ, નૌલિ, બસ્તી, ત્રાટક ને કપાલભાતિ એ યોગની ષટ્ક્રિયા સિદ્ધ કરી હોય તો તેને પ્રાણાયામ થોડે પ્રયત્ને સિદ્ધ થાયછે. મેદ અને શ્લેષ્મની જેના શરીરમાં વૃદ્ધિ ન હોય તેણે પણ નૌલિ, ત્રાટક ને કપાલભાત એ ત્રણ તો સિદ્ધ કરવાં જોઈએ.

ઉદરમાંના નલને ઉપાડી ડાબાજમણા ફેરવવાની કલાને નૌલિ કહેછે. કોઈ પણ સૂક્ષ્મ લક્ષ્યપર દૃષ્ટિને સ્થિર સ્થાપવાની કલાને ત્રાટક કહેછે. એ ત્રાટકની આરંભથી અંતપર્યંત આઠ સ્થિતિ થાયછે. મિત્રા (પાંપણો તથા પોપચાંનું ન મળવું), તારા (કીકીની કાંઈક સ્થિરતા), બલા (કીકીની વિશેષ સ્થિરતા), દીપ્રા (પ્રકાશાનુભવ), સ્થિરા (મનની સ્થિરતા),

કાંતા (ધ્યેયમાં પ્રીતિ), પ્રભા (ધ્યેયનો કાંઇક અનુભવ) ને પશ (ધ્યેયનો વિશેષ અનુભવ). એમાંના પ્રથમના પાંચ અનુભવપર્યંતનું ત્રાટક પ્રાણાયામના અભ્યાસીએ સિદ્ધ કરવું જોયીએ. આરંભમાં નેત્રમાંથી જલ પડેછે, પછી બંધ થાયછે. પશ્ચાત્ પ્રકાશાદિનો અનુભવ થયી સ્થિરતા થાયછે. બંને નાસિકાપુટથી લોહારની ધમણની રીતે શ્વાસોચ્છ્વાસ ચલાવવો તે કપાલભાતિ કહેવાયછે.

પ્રાણાયામના અભ્યાસકાલે ઘૃત અને દૂધયુક્ત સત્ત્વગુણી પદાર્થ ખાવા જોયીએ. રજસ્તમોગુણી પદાર્થો નહિ ખાવા જોયીએ. તેમ અભ્યાસીએ અત્યાહાર પણ ન કરવો જોયીએ. મન અને ઇંદ્રિયોને બની શકે તેટલાં શાંત રાખવાં જોયીએ. સંક્ષેપમાં પ્રાણને વિક્રિયા ઉપજાવે એવા સર્વ આચારવિચારથી સાધકે દૂર રહેવું એ આવશ્યક છે.

કહેવામાં આવ્યો તે અધિકાર પ્રાપ્ત થયે પ્રાણાયામની ક્રિયા આરંભવી. પવિત્ર એવા એકાંતદેશમાં દર્ભ, તેપર મૃગાજિન અથવા વ્યાઘ્રચર્મ ને તેપર વસ્ત્ર પાથરી પવિત્ર થયી પૂર્વાભિમુખે સિદ્ધાસને કિંવા પદ્માસને બેસી, કર્ણમુદ્રા કાનમાં નાંખી, મેરુદંડને સીધો રાખી મૂલબંધ કરી, જમણા હાથના અંગુઠાથી નાસિકાનું જમણું રંધ્ર બંધ રાખી, ડોક સીધી રાખી, નાસિકાના ડાબા રંધ્રદ્વારા બહારના પવનને યથાશક્તિ અંતર્ ખેંચવો. ત્યારપછી તે રંધ્રને પણ જમણા હાથની અનામિકા તથા કનિષ્ઠિકાથી રુંધી ડોકને નીચી નમાવી-જાલંધરબંધ કરી-પૂરેલા પવનને યથાશક્તિ શાંતિથી રુંધવો, ને પછી તે પૂરેલા પવનને ડાબું રંધ્ર બંધ રાખી જમણા રંધ્રદ્વારા ડોક ઉંચી રાખી નાભીને પૃષ્ઠભાગભણી બલથી

ખેંચી-ઉડ્ડિયાન બંધ કરી-પવનને ધીરે ધીરે બહાર કાઢવો. પવનને ઉતાવળે બહાર કાઢવાથી બલની હાનિ થાયછે, માટે તેમ ન કરવું, વળી તે જ રંધ્રદ્વારા પવનને અંતર ખેંચવો, ને ઉપર કહ્યું તે રીતે રુંધ્યાપછી પાછો ડાબા રંધ્રદ્વારા ઉપર કહેવામાં આવ્યું તે રીતે તે પવનને બહાર કાઢવો. આ એક પ્રાણાયામ થયો. પ્રાતઃકાલે, મધ્યાહ્નકાલે ને સાયંકાલે ઉક્ત વિધિથી પોતાની પ્રકૃતિસ્થિતિનો તથા ઋતુનો વિચાર કરી યથાશક્તિ યથાનુકૂલતા પ્રાણાયામ કરવા. આમ કરવાથી સાધકને ઘણા ઘણા લાભ થાયછે. આ પ્રાણાયામને અનુલોમપ્રતિલોમ પ્રાણાયામ કહેછે. સૂર્યભેદન તથા ઉજ્જાયી આદિ આઠ પ્રકારના કુંભકો ને મહામુદ્રાદિ મુદ્રાઓ પણ પ્રાણસંયમને માટે કરવામાં આવેછે. જેનું અશેષવિશેષ વર્ણન શ્રીયોગકૌસ્તુભમાં કરેલું છે.

જે નાસાપુટથી પૂરક કર્યો હોય તે નાસાપુટથી તરત જ રેચક કરવો નહિ. રેચક કર્યો હોય તે નાસાપુટથી પૂરક કરવાથી હાનિ નથી.

બહારના વાયુને અંતર આકર્ષવાની ક્રિયાને પૂરક, પૂરેલા વાયુને રુંધવાની ક્રિયાને કુંભક ને રુંધેલા વાયુને નાસિકાદ્વારા બહાર કાઢવાની ક્રિયાને રેચક કહેછે.

નાસિકાદ્વારા બહાર નીકળેલા પવનને બહાર જ સ્થિર કરી દેવો, અને અંતર આવેલા પવનને અંતર જ રુંધી દેવો એ પણ પ્રાણાયામનો પ્રકાર છે. હંસના ધ્યાનસમયે આવો અંતઃકુંભક કરવાનો અભ્યાસ પાડવાથી પ્રાણ ધીરે ધીરે નિયમમાં આવી પ્રાણાયામ સિદ્ધ થઈ શકેછે.

॥ समाप्त ॥